WARSZAWA, 1 CZERWCA 1935 R.

wiadomości turystyczne

25 gr

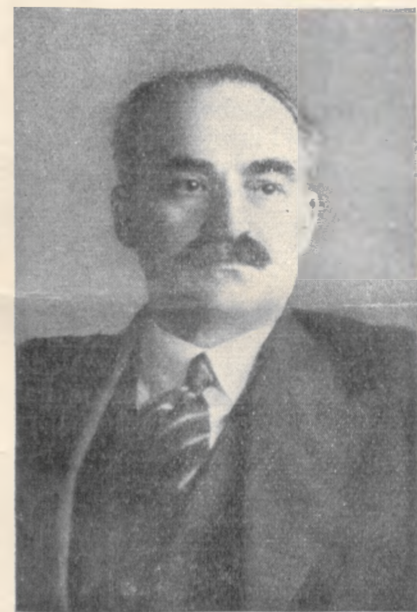
Rok V.
Nr. 11.

dwutygodnik poświęcony turystyce, komunikacji, uzdrowiskom, hotelarstwu i przemysłowi turyst.

NUMER SPECJALNY, POŚWIĘCONY UZDROWISKOM POLSKIM

Wiceminister Opieki Społecznej, Dr. E. Piestrzyński o trudnościach w rozwoju uzdrowisk

SPECJALNY WYWIAD „WIADOMOŚCI TURYSTYCZNYCH".



Dr. Eugenjusz Piestrzyński. Podsekretarz Stanu w Ministerstwie Opieki Społecznej.

Debata budżetowa w Sejmie znowu zwróciła uwagę publiczną na sprawę uzdrowisk polskich i wysunęła jako aktualne zagadnienie kwestję uprzystępnienia szerokiemu ogółowi możliwości korzystania z własnych uzdrowisk. W ogólnej tendencji zdemokratyzowania uzdrowisk polskich istnieją jednak czynniki hamujące.

Jakie są one i dlaczego istnieją? Oto pytania, na które opinja oczekuje odpowiedzi. Aby jej udzielić, zwróciliśmy się do p. Wiceministra Piestrzyńskiego z prośbą o wypowiedzenie się na ten temat. Korzystamy też z przychylnego ustosunkowania się p. Wiceministra, aby podzielić się z Czytelnikami cennemi informacjami, jakich nam p. Wiceminister udzielił.

— Czy uzdrowiska zamierzają w nadchodzącym sezonie zastosować swój „kurs" w kierunku udostępnienia lecznictwa szerokim masom?

— Zasadniczo jest to naszem dążeniem. Daliśmy mu wyraz już w obniżce cen za świadczenia w państwowych uzdrowiskach, za któremi poszły, rozumie się, również prywatne. Przeciętna suma, jaką osiąga sam zarząd uzdrowiska od jednego kuracjusza nie przekracza 35 zł. Przyzna pan, że jest to suma minimalna, uwzględniając, że musi ona pokrywać nietylko koszty eksploatacji, ale również koszty inwestycyj, bez których żadne uzdrowisko nie może istnieć. Jeżeli jednak, pomimo tak małych opłat za samo lecznictwo, pobyt w uzdrowisku jest jeszcze stosunkowo drogi i „szary człowiek" nie może z niego korzystać masowo, zawdzięczać to należy tylko wysokim opłatom pobocznym. Wiadomo przecież, że niektóre nasze „paniusie", właścicielki większości pensjonatów uzdrowiskowych, prowadząc swoje zakłady zupełnie niefachowo, prowadzą jednocześnie system nieuzasadnionej drożyzny pobytu. Wślad za niemi idą miejscowi kupcy, pragnący w czasie krótkiego sezonu zarobić tyle, ile zarabia kupiec w mieście w ciągu roku. Stąd też ceny pensjonatów oraz artykułów pierwszej potrzeby są w uzdrowiskach wysokie, a często i nieustalone. To właśnie czyni uzdrowiska w dzisiejszej chwili jeszcze trudno dostępnemi dla szerokich mas kuracjuszów. Gdybyśmy jeszcze obniżyli ceny świadczeń zakładowych (co wogóle jest w dzisiejszej chwili niemożliwe) ogólne koszty pobytów nie spadłyby wcale, gdyż „paniusie" uważałyby taką zniżkę za dokonaną na ich „benefis" i podniosłyby swoje ceny, rozumując, że skoro kuracjusz ma tańsze lecznictwo, to posiada więcej środków na przepłacanie ich świadczeń.

— Jak można walczyć z tego rodzaju ustosunkowaniem się?

— Walka jest tutaj trudna, nikt bowiem nie może zmusić żądnych łatwego zysku do zrozumienia, że w ten sposób godzą nietylko w interesy społeczne, ale przedewszystkiem w swoje własne. Dopóki sfery, o których wspominam, nie nabiorą same rozumu, dopóty nie możliczyć na rozwój uzdrowisk.

— Czy nie uważa Pan Minister, że drogą inwestycyj możnaby jednak pociągnąć większe masy kuracjuszów do uzdrowisk?

— Sprawa inwestycyj jest rzeczą znaną. Rząd idzie stale po drodze modernizacji i postępu. Chcemy doprowadzić do tego, żeby rzeczywiście wyzyskać wszystkie możliwości lecznictwa uzdrowiskowego, jakie Polska posiada. A posiada ich ona tak wiele, że wszelkie leczenia w zagranicznych uzdrowiskach są zbyteczne. Chodzi więc tylko o wydobycie z nich maximum praktycznego zastosowania. Wie pan przecież, jaką drogą kroczymy w Ciechocinku, Krynicy, Druskienikach i Busku. Z punktu widzenia modernizacji zrobiliśmy maximum i dalej, rok rocznie, będziemy robili to samo. Doszliśmy do tego, że nawet w niewielkich Druskienikach np. niema już więcej nic do instalowania. Wszystkie sposoby i systemy lecznictwa uzdrowiskowego już są zastosowane. Jaki jest rezultat tego? Ten, że zarządy uzdrowisk ubiegły o wiele komisje uzdrowiskowe oraz gminy. Te ostatnie nie podążają za nami. Gdzież jest oświetlenie elektryczne, bruki, kanalizacja, wodociągi? W Krynicy musieliśmy na własny rachunek przeprowadzić kanalizację i zbudować elektrownię, co należało do obowiązków gminy. Wskutek tego musieliśmy nawet przerwać własną inwestycję — budowę hotelu zakładowego, gdyż trzeba było pieniądze wkładać w elektrownię. W Ciechocinku zarząd uzdrowiska wykonał za własne pieniądze szereg prac, których przeprowadzenie należało do obowiązków gminy. Obawiam się, że to samo oczekuje nas w przyszłości i w innych miejscowościach.

— Jakie są zamierzenia rządu w stosunku do Szkła i Burkutu?

— Szkło posiada już wszystkie urządzenia potrzebne do lecznictwa. Nie posiada jednak jeszcze prywatnych pensjonatów, sklepów etc. Gdyby prywatna inicjatywa zechciała współdziałać z rozwojem Szkła, stałby się on znacznie intensywniejszy. Weźmy np. komunikację Szkła ze Lwowem. Obecnie jest ona niedostateczna. Przy większym ruchu napewno znalazłyby się sposoby ulepszenia jej.

Co się tyczy Burkutu, to miejscowość ta, jako leżąca zbyt daleko od ważniejszych centrów komunikacyjnych, nie może spodziewać się zbyt intensywnego rozwoju Trzy lata temu jeszcze musiałem dostawać się tam pieszo. Ostatnio zapewniał mnie poseł Sanojca, że do Burkutu dojechał autem. Zresztą największa atrakcja Burkutu — jego wody — od dawna są w sprzedaży w całej Polsce.

— Uzdrowiska nasze należy bez przerwy propagować — mówi w dalszym ciągu p. minister. Rozumiem doskonale rolę prasy w tej propagandzie, szczególnie zaś pisma takiego, jak „Wiadomości Turystyczne". Nie mniejszą jednak propagandę powinni czynić lekarze, jako posiadający bezpośredni wpływ na pacjentów, wymagających kuracji. Tak jest zresztą na całym świecie. Obserwuję jednak od wielu lat, że nasi lekarze nie zawsze zdają sobie sprawę z możliwości naszych uzdrowisk. Słyszałem niedawno zapytanie ze strony jednego z lekarzy, w jaki sposób nasycamy wody krynickie kwasem węglowym, podczas gdy Krynica posiada tyle naturalnego kwasu węglowego, że możnaby nim nasycić nietylko wszystkie polskie uzdrowiska, ale wszystkie fabryki wody sodowej i lemoniady w całej Polsce. Ten charakterystyczny przykład dowodzi, że nasze uzdrowiska, o tak wszechstronnych możliwościach, wciąż jeszcze są zbyt mało popularne.

— Reasumując zatem, należy stwierdzić...

— że po pierwsze: niefachowe właścicielki pensjonatów wprowadzają wraz z niejednokrotnie zbyt zachłannem kupiectwem element drożyzny w uzdrowiskach, którego zarządy, przy najlepszych chęciach nie są w stanie zwalczyć i to jest właśnie przyczyną, dla której „szary człowiek" nie może w pełni korzystać z kuracji uzdrowiskowej, po drugie, że rząd idzie bezustannie po linji inwestycyj i w pracy tej płaci często za to, do czego zobowiązane są gminy, po trzecie zaś, że wśród społeczeństwa panuje jeszcze zbyt małe uświadomienie co do wszechstronnych możliwości naszych uzdrowisk. To są najważniejsze przyczyny, dla których rozwój uzdrowisk posuwa się wolniej, niż należałoby oczekiwać.

Przyszłość niewątpliwie usunie powoli wszystkie te niekorzystne zjawiska i pozwoli uzdrowiskom polskim zająć miejsce należne im, jest więc obowiązkiem każdego z nas tak postępować, aby przyszłość ta nastąpiła jaknajprędzej.

Na tem kończymy rozmowę, składając p. ministrowi serdeczne podziękowania za cenne i głębokie ujęcie najżywotniejszych bolączek naszych uzdrowisk.

Dr. JAN ADAMSKI
Dyrektor Departamentu Służby Zdrowia Ministerstwa Opieki Społecznej

Ministerstwo Opieki Społecznej
a zdrojowiska i uzdrowiska



Dr. Jan Adamski
Dyr. Dep. Służby Zdrowia M. O. S.

Ministerstwo Opieki Społecznej zaiteresowane jest nietylko w rozwoju uzdrowisk państwowych, lecz również w rozwoju samorządowych, społecznych i prywatnych zdrojowisk, uzdrowisk, letnisk i kąpielisk morskich, mając na widoku samowystarczalność kraju i w zakresie zdrojowo-leczniczym.

W tym celu Ministerstwo przez swego delegata i przez delegatów Państwowych Zakładów Zdrojowych bierze udział czynny w Polskim Związku Uzdrowisk. Przy Ministrze Opieki Społecznej, na mocy ustawy o uzdrowiskach, powołana została Państwowa Rada do spraw uzdrowisk, w której skład, poza przedstawicielami Ministerstwa Opieki Społecznej i innych ministerstw, zainteresowanych w rozwoju zdrojownictwa naszego, wchodzą przedstawiciele samorządowych, społecznych i prywatnych zdrojowisk, delegaci Polskiego Związku Uzdrowisk oraz wybitni balneolodzy polscy. Poza tem Państwowa Naczelna Rada Zdrowia wyłoniła sekcję do spraw uzdrowisk, która co rok odbywa swe posiedzenia na miejscu w zdrojach naprzemian — raz w państwowem, drugi raz w prywatnem — celem podkreślenia, że centralne władze Państwowej Służby Zdrowia w jednakiej mierze interesują się zdrojownictwem państwowem, jak i niepaństwowem. Wyniki tego wzajemnego oddziaływania państwowego zdrojownictwa na samorządowe i prywatne i odwrotnie są bardzo dodatnie. Nielicujące z powagą pewne cechy kokurencyjne zostały usunięte, pozostają tylko dążenia poszczególnych zdrojowisk i uzdrowisk do zrównania się w poziomie urządzeń, porządku ogólnego i cen do zdrojowisk państwowych.

Najlepszym tego dowodem jest, że z roku na rok, po przeprowadzeniu stałych ulepszeń technicznych i kalkulacji gospodarczej zdroju, zarządy zdrojów, zarówno państwowych jak i samorządowych, stale obniżają ceny kąpieli i wszelkich zabiegów leczniczych, aby uprzystępnić korzystanie z nich jak najszerszym warstwom społeczeństwa, t. j. zbliżają się z roku na rok do ideału, do t. zw. zdemokratyzowania zdrojów. Doszliśmy dzisiaj we wspólnej pracy ze Związkami Uzdrowisk Polskich do takiego stanu, że koszty zabiegów leczniczych nie mogą być umotywowaną przeszkodą w wyjeździe na leczenie się zdrojowe.

Jeśli przeciętna cena biletu kąpielowego wynosi 3 zł., jeśli w ciągu sezonu przeciętnie chory pobiera 15 kąpieli, to te 45 zł. na kurację dzisiaj nie mogą już stać na przeszkodzie. Jeżeli uwzględnić, że warstwa mniej zamożna: urzędnicy państwowi, komunalni, ubezpieczeni w ubezpieczalniach społecznych, organizacje i instytucje społeczne korzystają z szerokich ulg w zdrojowiskach — można dzisiaj powiedzieć, że kto musi leczyć się w zdroju, temu napewno ceny zdrojowe nie staną na przeszkodzie.

Ministerstwo Opieki Społecznej łącznie ze Związkiem Uzdrowisk Polskich czyni wszystko, aby Polska była samowystarczalna pod względem lecznictwa zdrojowego, oraz aby przyciągała do siebie kuracjuszów zagranicznych. W tym celu uwaga cała została zwrócona na planowy rozwój uzdrowisk polskich: we wszystkich prawie zdrojowiskach, zarówno państwowych, jak i w prywatnych, pomimo kryzysu gospodarczego, poczynione zostały inwestycje w szerszym zakresie: ujmowanie źródeł starych, wiercenie nowych, budowa i rozbudowa łazienek i urządzeń leczniczych, zakładanie i rozszerzanie sieci wodociągowych i kanalizacyjnych, elektrowni, wytwórni produktów mineralnych, urządzenia terenów i ustalanie planów regulacyjnych, są to stałe prace inwestycyjne, które w niedalekiej przyszłości postawią nasze zdrojowiska na poziomie w wielu przypadkach bezkonkurencyjnym.

Również intensywnie, w miarę możliwości finansowych, są prowadzone prace naukowo-badawcze w laboratorjach, klinikach i szpitalach przez wybitnych polskich uczonych nad właściwościami i działaniem naszych wód mineralnych — i rezultat znaczny tych naszych wspólnych zabiegów już dzisiaj daje się zaznaczyć.

Gdy w 1932/33 r. było w uzdrowiskach państwowych i prywatnych o charakterze użyteczności publicznej 190,371 kuracjuszów, w 1933/34 r. frekwencja osiągnęła liczbę 200,471, a szukających pomocy leczniczej w ostatnim roku było z zagranicy przeszło 600 osób.

Nawet w zakresie propagandy pijalnych wód mineralnych zaznacza się współdziałanie wzajemne. Propaganda jest prowadzona wspólnie, a sklep, prowadzony przez państwowe zakłady zdrojowe, ma w swej sprzedaży nietylko wody własne, lecz i zakładów pozostałych, o ile rzeczywiście wody te przedstawiają wartość pod względem leczniczym.

Co mówi Prezes Rajmund Jarosz
o obecnej sytuacji uzdrowisk?

(SPECJALNY WYWIAD „WIADOMOŚCI TURYSTYCZNYCH")



Prez. Rajmund Jarosz.

Na prośbę Redakcji o oświetlenie aktualnej sytuacji uzdrowisk polskich, marszałek Rajmund Jarosz. zasłużony prezes Związku Uzdr. Polskich, udzielił nam następujących informacyj:

— Uzdrowiska polskie uregulowały już swoje ceny w latach ostatnich, gdyż kryzys nie jest zjawiskiem nowem, w sprawie zniżek zaś zaszły w ostatnich 2 latach już tak daleko, że dalsze zniżki ogólne uważam za niewykonalne, o ile uzdrowiska mają się rozwijać, iść z postępem czasu, modernizować i sprostać ciężarom w postaci podatków i innych opłat publicznych. Nie ulega natomiast kwestji, że ulgi w opłatach uzdrowiskowych były dotychczas rozdzielane nienależycie. W znacznym stopniu otrzymywali je ci, którym na nich wcale nie zależało. To też zarówno Minister. Opieki Społ. jak i Związek Uzdrowisk Polskich poszli po linji przegrupowania tych zniżek, a więc poprawienia tego chaotycznego systemu. Bardzo znaczne ulgi, dochodzące do 50% taks kuracyjnych, postanowiono stosować w I i III sezonach, a więc w marcu, kwietniu, do połowy maja i na jesieni, od połowy września. Tak samo postanowiono czynić różnicę we wszelkich opłatach w sezonach zimowych, przyczem tylko w okresie świąt Bożego Narodzenia i w styczniu ceny te sięgać będą zeszłorocznych, w pozostałych zaś będą niższe. Zestawiając powyższą kalkulację rachunkową dochodzimy do tego, że uzdrowiska w sumie mogą zdobyć te same środki materjalne na opędzenie własnych potrzeb i warunków istnienia, będąc jednocześnie dostępnemi dla wszystkich, chcących naprawdę leczyć się. Nieco wyższe opłaty będą natomiast ponosili tylko ci, którzy oprócz leczenia szukają również rozrywek, oraz specjalnego doboru towarzystwa i przyjeżdżają tylko w sezonach głównych, a więc najludniejszych.

Jeżeli chodzi o ostatnie 2 lata, to sezony pod względem frekwencji oraz zamożności kuracjuszów były gorsze od poprzednich. Zdrojowiska odczuły zwłaszcza spadek kąpielnictwa. Publiczność ograniczała swoje wydatki na kąpiele, mało zwracając uwagi na zalecenia lekarzy. Wbrew własnemu interesowi czyniła też oszczędności na własnem zdrowiu.

Odnośnie do sezonów roku bieżącego również nie widzę różowych horoskopów. Ogólne zubożenie społeczeństwa jest tak wielkie, że, zdaniem mojem, wielu naprawdę potrzebujących leczenia w uzdrowiskach i zdrojowiskach, zaniecha leczenia z powodów finansowych.

Nie potrzebuję chyba dowodzić, jak wielkiem złem jest dla społeczeństwa tego rodzaju abstynencja kuracjuszów, gdyż zdrowie obywatela jest nietylko jego prywatną własnością. Należy ono również do społeczeństwa, a więc i do państwa.

Gdyby publiczność zechciała życzliwie rozpatrzeć nasze usiłowania, mające na celu udostępnienie jej leczenia się i zastosowała się do norm, o których wyżej wspomniałem, byłaby wówczas wprawdzie mniej rozbawiona, ale naogół zdrowsza.

Jest jeszcze jeden bardzo ważny czynnik. który mógłby dodatnio wpłynąć na wzmożenie się frekwencji w uzdrowiskach krajowych. Jest nim udzielenie odpowiednich zniżek kolejowych, które przez szereg lat były udzielane przez Ministerstwo Komunikacji kuracjuszom, powracającym z uzdrowisk krajowych. Nie są one jeszcze, niestety, w roku bieżącym dostatecznie szerokie. Jest to tem mniej dla nas zrozumiałe, że równocześnie udziela się bardzo dużo zniżkowych paszportów zagranicznych i tworzy się specjalne pociągi, które pod pozorem turystyki i wzajemnego krajoznawstwa przewożą kuracjuszów do zdrojów zagranicznych.

Dałoby się też wiele powiedzieć o wozach turnusowych do Karlovych Varów, Marjanskich Lazne i innych zagranicznych uzdrowisk, podczas gdy dostać się np. z Poznania bezpośrednim wozem do Truskawca, Morsztyna, czy Zaleszczyk, należy do sztuk magicznych i zjawisk, występujących tylko w marzeniach sennych.

Ale cóż robić — kończy marsz. Jarosz — Związek Uzdrowisk Polskich może tylko prosić, kołatać i pukać. W tym też kierunku napewno niema z naszej strony żadnego zaniedbania.

Reszta nie do nas należy.

HALINA MINKIEWICZOWA
Dyr. Związku Uzdrowisk Polskich

Jak pracował Związek Uzdrowisk Polskich
w ostatnim roku?



H. Minkiewiczowa
Dyr. Z. U. P.

Działalność Związku w ostatnim roku była intensywniejsza niż w latach ubiegłych. Nic dziwnego, gdyż w miarę rozwoju naszego organizmu państwowego, poszczególne jego komórki również ogarniają coraz to większy zasięg działalności, a związek nasz, jako reprezentacja wielkiego przemysłu uzdrowiskowego, staje rok rocznie wobec szerszych zadań.

W roku ubiegłym działalność nasza obejmowała nietylko zwiększone dziedziny; musiała ona również obejmować walkę z kryzysem, zaostrzającym się z miesiąca na miesiąc. Musieliśmy wytężać wszystkie siły, aby zapobiec gwałtownemu spadkowi frekwencji w uzdrowiskach, który i tak osiągnął około 20% w stosunku do ubiegłych sezonów. że spadek ten, wbrew ogólnym przewidywaniom, nie był większy, należy to przypisać w wielkiej mierze wytężonej działalności Związku, intensywnie wspomaganej przez czynniki rządowe. W pracach swych znalazł bowiem Związek u czynników tych wielkie zrozumienie i dużą przychylność. Ujawniła się ona w pierwszym rzędzie w całym szeregu przychylnych dla uzdrowisk zarządzeń ministerstw: Opieki Społecznej, Komunikacji, Skarbu, Przemysłu i Handlu, Rolnictwa, Spraw Wewnętrznych i Wojskowych, oraz urzędów wojewódzkich, dyrekcyj kolejowych etc. Dzięki temu mieliśmy możność pozytywnego załatwienia wielu spraw podatkowych, celnych, drogowych i komunikacyjnych, inwestycyjnych, kredytowych i innych.

Jeżeli chodzi o ważniejsze zdobycze Związku w omawianym okresie, to wyliczyć należy m. in. uzyskanie zniżek kolejowych uzdrowiskowych, pozyskanie przedstawicielstw Związku w Izbach Przemysłowo-Handlowych oraz w wojewódzkich komisjach turytycznych etc.

Z zadań o charakterze zasadniczym Związek wykonał jedno z najważniejszych: wespół z Tow. Balneologicznem przystąpił do organizacji Polsk. Instytutu Balneologicznego. Do działań w kierunku spraw zasadniczych należy również przystąpienie Związku do prac nad projektem nowelizacji ustawy uzdrowiskowej z 1922 r., dziś już nieco przestarzałej. Poważną pracę zapoczątkowała również istniejąca przy Związku specjalna komisja do spraw wód mineralnych.

Do sukcesów Związku zaliczyć należy uzyskanie całego szeregu zarządzeń, wyjaśniających niewłaściwą interpretację przez niektóre urzędy skarbowe, spraw, związanych z podatkiem hotelowym w miejscowościach, w których pobierane są taksy kuracyjne etc.

W dziedzinie komunikacji współdziała Związek czynnie z władzami w sprawie projektu nowej linji kolejowej Kielce — Mędrzechów — Tarnów, oraz wyjednał dla Szczawnicy, Buska i Solca połączenia autobusami P. K. P. W tej dziedzinie czynione są obecnie dalsze kroki, mające na celu uzyskanie komunikacji autobusowej z uzdrowiskami, położonemi zdala od linij kolejowych.

Związek brał w omawianym okresie żywy udział w wielu konferencjach i zjazdach, na których rozważane były sprawy związane z uzdrowiskami. M. in. w czasie zeszłorocznej konferencji turystycznej w Jaremczu z ramienia Związku wygłoszony został referat p. t. „Rozwój uzdrowisk i letnisk w Karpatach Wschodnich". Z ważniejszych konferencyj w tej dziedzinie wymienić należy zebrania Związku Miast, Zw. Lekarzy, Tow. Balneologicznego oraz szereg konferencyj w instytucjach o charakterze gospodarczym.

Współdziałaliśmy również, w myśl postulatu wszystkich uzdrowisk, w sprawie przywrócenia dawnego terminu wakacyj szkolnych.

Jeżeli chodzi o sprawy wewnętrzne, to rok ubiegły upłynął pod znakiem szczególnych oszczędności. Trzeba było utrzymać się tylko ze składek członkowskich, które, jakkolwiek wpływały znacznie punktualniej niż w latach ubiegłych, jednakowoż musiały być w wielu przypadkach obniżane ze względu na gorsze możliwości płatnicze członków.

Na podkreślenie zasługuje intensywna działalność propagandowa Związku, który w porozumieniu z szeregiem wydawnictw perjodycznych oraz codziennych, prowadził ożywioną działalność. W dziedzinie tej na specjalne wymienienie zasługuje numer uzdrowiskowy „Wiadomości Turystycznych", wydany z inicjatywy Związku i za jego poparciem. Dostarczono również materjału do wydawnictw „Orbisu". Z własnych wydawnictw należy zanotować prospekt uzdrowiskowy w jęz. francuskim, niemieckim i angielskim, który rozszedł się w nakładzie 14.000 egzemplarzy, a którego wydanie nastąpiło przy pomocy M. O. S.

Na wystawie „Polska i Polacy w Świecie" urządziliśmy własne stoisko, które cieszyło się wielkiem zainteresowaniem. Współdziałaliśmy też z M. O. S. w organizacji stoiska uzdrowiskowego na wystawie w Zagrzebiu. Wzięliśmy udział w wystawie Y. M. C. A. „Jak i gdzie spędzić urlop zimowy", oraz w tegorocznych Targach Poznańskich.

Współdziałaliśmy w organizacji całego szeregu wycieczek do uzdrowisk polskich, m. in. w wycieczce Zw. Lekarzy P. P do Druskienik, w dziennikarskiej wycieczce do Ciechocinka, etc.

Działalność informacyjna Związku wyraziła się w ilości 20.136 informacyj, udzielonych przez nasze biuro. Kolportowaliśmy też ulotki za pośrednictwem biur podróży. W okresie popowodziowym przeprowadziliśmy kampanję, prostującą przesadne wieści o szkodach, wyrządzonych w uzdrowiskach.

Współpraca Związku z członkami rozwija się coraz intensywniej, mogę też stwierdzić, że dziś już kontakt wzajemny jest całkowity. Wyrazem jego jest coraz to zwiększająca się liczba członków, których Związek liczy obecnie 45.

Tak przedstawia się tegoroczna działalność Związku, jeżeli chodzi o krótkie jej ujęcie. Nie wymieniłam tu oczywiście całego szeregu spraw, które Związek w codziennej swej pracy załatwia. Są to sprawy nieraz napozór drobniejsze, jednakowoż w całości swojej spełniają one ważne zadanie skoordynowanej akcji.

Akcja nasza, muszę to przyznać, jest w ostatnim roku znacznie łatwiejsza, jeżeli chodzi o starania i interwencję u władz. Oceniły one bowiem, szczególnie zaś Ministerstwo Opieki Społecznej, naszą działalność pozytywnie i okazują nam zaufanie oraz niejednokrotną pomoc, co muszę z wdzięcznością podkreślić.

OD REDAKCJI

Numer niniejszy, jako całkowicie poświęcony uzdrowiskom, nie zawiera materjału aktualnego. Zostanie on zamieszczony w następnym numerze.

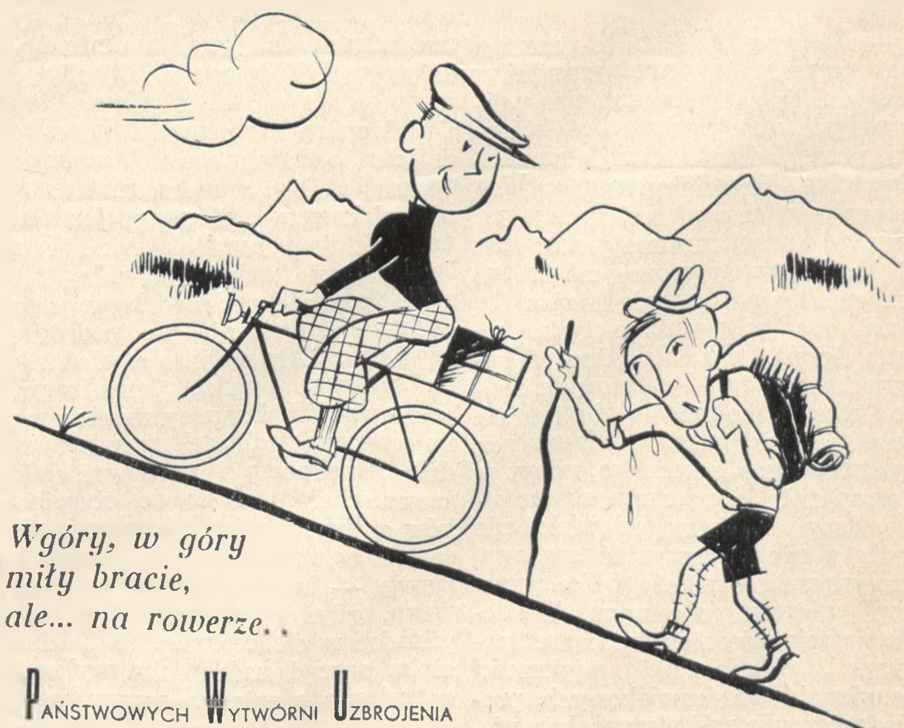
*

Opisy uzdrowisk zamieszczone są w kolejności alfabetycznej. Uzdrowiska śląskie wydzielone zostały w oddzielną grupę.

*

Kolejność ogłoszeń uzdrowisk — również alfabetyczna, według nazw miejscowości.





F. MILLER.

W polskich zdrojach skarby zdrowia!


Radca F. Miller.

Wśród licznych bogactw naturalnych Polski posiadamy pierwszorzędnej wartości leczniczej obfite i różnorodne zdroje mineralne.

Zdroje te, rozsiane po całym obszarze Tatr i na Podkarpaciu, w Małopolsce, w malowniczych podgórskich dolinach, stanowią cenny dar przyrody, który, należycie wykorzystany, może mieć dla społeczeństwa, lecznictwa i gospodarstwa narodowego poważne znaczenie.

Niestety, doniosłość tego zagadnienia nie uzyskała dotychczas w społeczeństwie polskiem właściwej oceny.

Dość będzie rzucić kilka cyfr, aby przekonać się, jak rażąco odbiegliśmy pod względem spożycia wód mineralnych od naszych zachodnich sąsiadów, Niemców.

Niemcy spożywają rocznie około 60 miljonów flaszek wód mineralnych z własnych źródeł — Polacy około pół miljona. Uwzględniając stosunek liczebny ludności, spożywamy tych wód 60 r a z y m n i e j niż Niemcy.

Gorzej jeszcze wypadnie to porównanie w dziedzinie eksportu. Niemcy wywoziły w 1905 r. 12,5 miljonów flaszek wód mineralnych leczniczych i 108 miljonów wód mineralnych stołowych; po 8 zaś latach — w 1913 r. — 22,8 miljonów flaszek wód leczniczych i 190 miljonów flaszek wód stołowych. Wartość tych wód, łącznie z produktami zdrojowemi, wywożonemi przez Niemców, wynosiła w tym roku 41 miljonów złotych marek niemieckich.

Polska, poza kilkoma próbami, n i e e k s p o r t u j e dotychczas s w y c h w ó d z u p e ł n i e; importuje natomiast z zagranicy za kwotę przeszło 2 miljonów złotych rocznie. To też spożycie krajowych wód mineralnych wynosi w Polsce zaledwie ¼ ogólnego spożycia.

Pozostawiając na uboczu analizę przyczyn tego stanu rzeczy, zgodzić się musimy, że stan ten nie powinien trwać nadal i każda uobywatelniona i społecznie myśląca jednostka w dużej mierze przyczynić się może do zmiany na lepsze tych stosunków.

Szczególniej jednak dotyczyć to może świata lekarskiego, świata leczącego się i tych niezmordowanych działaczy społecznych, dla których każda sprawa społeczna jest nowym bodźcem do dalszych wysiłków i pracy, do propagowania myśli, które dzięki swej czystej intencji i szlachetnej formie w czyn się wcielają.

Jest to zadanie tem wdzięczniejsze, że istotnie posiadamy różnorodne zdroje o wysokich wartościach leczniczych, jak również zdroje, dające znakomite wody stołowe.

Posiadamy więc zdroje, słono-jodowo - bromowe, takież szczawy, jak: Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Jastrzębie-Zdrój, Rymanów, Rabka, Truskawiec; zdroje siarczane, jak: Busko, Solec, Niemirów, Szkło, Lubień i inne; zdroje alkaliczne, alkaliczno-słono-wapniowe, szczawy wapniowo-żelaziste, jak: Szczawnica, Krościenko, Krynica, Żegiestów, Wysowa, Nałęczów, zdroje glauberskie (gorzkie), jak Morszyn.

Do rzędu popularniejszych wód stołowych należą: woda ciechocińska ze zdroju Nr. 8, nasycona kwasem węglowym, bardzo smaczna, lekko słona, słabo żelazista, zalecana dzięki temu szczególnie przy anemji, krzywicy u dzieci, lub osobom, cierpiącym na brak dostatecznej ilości kwasów żołądkowych; djetetyczna, lekko alkaliczna woda „Ostromecko"; znakomita w smaku „Morszynka" ze zdroju pod Statuą w Morszynie; truskawiecka szczawa alkaliczno-ziemna „Jozia", a ostatnio o wybornym smaku krynicka szczawa al. ze zdr. „Karola".

Jeżeli zagadnienie popularyzacji polskich leczniczych wód mineralnych jest związane przedewszystkiem z poglądem i ustosunkowaniem się do tych wód, jako do czynnika leczniczego, świata lekarskiego, to popularyzacja naturalnych wód stołowych leży całkowicie w rękach samego społeczeństwa, a przedewszystkiem polskiego turysty, którego spiritus movens — głębokie umiłowanie przyrody — nie powinno ograniczać się do sycenia oczu pięknem otaczających go krajobrazów, lecz i sycenia wielce częstokroć utrudzonego ciała najlepszym naturalnym napojem, polską mineralną wodą stołową.

Podkreślić z głębokiem uznaniem należy, że na dziedzinę rozwoju eksploatacji polskich wód mineralnych właściwe czynniki, z Ministerstwem Opieki Społecznej na czele, zwróciły w ostatnich czasach baczną uwagę.

W tym celu utworzono w Ministerstwie Opieki Społecznej przy Wydziale Nadzoru nad lecznictwem specjalny referat dla spraw organizacji eksploatacji i obrotu wód mineralnych, oraz produktów zdrojowych i balneologicznych.

Kierownikom klinik uniwersyteckich w Warszawie, Krakowie, Poznaniu i Wilnie powierzono szereg prac z zakresu działania wód mineralnych Państwowych Zakładów Zdrojowych na ustrój.

W niektórych zakładach zdrojowych, jak Szczawnica, Krynica ujęto według najnowszych metod kilka starych źródeł z całym pietyzmem i techniczną skrupulatnością, nie licząc się z bardzo wysokiemi kosztami takiego ujęcia. Praca w państwowych i niektórych prywatnych zakładach zdrojowych nad wprowadzeniem do obrotu nowych form produktów zdrojowych stale się rozwija i w niedługim czasie w postaci tych produtów będzie oddana do użytku publiczności.

Dążąc do potanienia polskich wód mineralnych Ministerstwo Opieki Społecznej normalizuje opakowania dla tych wód i jak widzimy, np. Krynica wprowadziła już do obrotu wody swe w butelce nowego typu, zbliżonego do typu butelek z wodami zagranicznemi, tańszego i praktyczniejszego pod każdym względem.

Celem propogandy polskich produktów zdrojowych i udogodnienia publiczności nabywania tych produktów, Państwowe Zakłady Zdrojowe (Burkut, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Krynica i Szkło) uruchomiły pierwszą w Polsce składnicę wyłącznie krajowych produktów zdrojowych p. n. Biura Sprzedaży Produktów Państwowych Zakładów Zdrojowych przy ul. Stokrzyskiej 12 w Warszawie.

Biuro sprzedaży poza hurtową i detaliczną sprzedażą produktów zdrojowych i działem informacyjnym o Państwowych Zakładach Zdrojowych oraz pijalnią wód, prowadzi szerszą propagandę w tym zakresie w czasopismach, przez rozsyłanie broszur i druków, oraz uczestnictwem w wystawach krajowych i zagranicznych.

Byłoby bardzo pożądanem, aby hasło, umieszczone na stoisku Biura Sprzedaży na Międzynarodowych Targach Poznańskich: „W polskich zdrojach — skarby zdrowia" dotarło do świadomości jaknajszerszych warstw polskiego społeczeństwa.

Co nam dają polskie uzdrowiska?

Odpowiedź na to pytanie jest krótka: wszystko, co znaleźć można w uzdrowiskach całej Europy, z wyjątkiem silnych kontrastów klimatycznych. Nie posiadamy mianowicie upałów Włoch ani mrozów Alp w najwyższych ich partjach.

Nie znaczy to jednak bynajmniej, aby leczenie w naszych uzdrowiskach miało być mniej skuteczne, gdyż temperatura, sięgająca ponad pewne maksimum, lub znajdująca się poniżej pewnego minimum, nie odgrywa już żadnej roli w lecznictwie uzdrowiskowem, temperatury zaś, znajdujące się w granicach potrzebnych, posiadamy w polskich uzdrowiskach.

Nic też absolutnie nie stoi już dzisiaj na przeszkodzie lecznictwu w polskich uzdrowiskach, a jeżeli tu i ówdzie pokutują jeszcze jakieś przesądy o większej skuteczności uzdrowisk zagranicznych, należy je bezwzględnie odrzucić, jako przestarzałe i oparte na wieloletniej psychozie, sugestjonowanej całym pokoleniom przez rządy zaborcze.

Prawda, że urządzenia mieszkalne, a w niektórych przypadkach zewnętrzny komfort polskich uzdrowisk nieraz ustępują zagranicznym, ale nigdy nie stoją poniżej przyzwyczajeń naszej publiczności uzdrowiskowej.

Jeżeli chodzi o praktyczne wskazówki, dotyczące lecznictwa w polskich uzdrowiskach, należy przedewszystkiem zdać sobie sprawę z tego, co się gdzie leczy. Zapamiętajmy sobie też następujący podział:

Choroby serca i naczyń krwionośnych

Iwonicz, Bystra, Goczałkowice, Muszyna, Rabka, Ciechocinek, Jastrzębie - Zdrój, Krynica, Nałęczów, Szczawnica, Horyniec-Zdrój, Truskawiec, Druskieniki, Inowrocław. Miłowody, Smukała.

Choroby narządów oddechowych

Busko-Zdrój, Jurata, Iwonicz, Morszyn, Otwock, Bystra, Jaremcze, Krościenko, Rabka, Sucha, Worochta, Ciechocinek, Hel, Jastrzębie-Zdrój, Krynica, Rajcza, Szczawnica, Zakopane, Jaworze, Krzeszowice, Rymanów-Zdrój, Delatyn, Hrebenów, Jordanów, Lubień Wielki, Tuchla, Druskieniki, Inowrocław, Miłowody, Orłowo Morskie, Smukała, Ustroń, Żegiestów-Zdrój.

Choroby żołądka i jelit

Iwonicz, Kosów k. Kołomyji, Morszyn, Krościenko, Muszyna, Jastrzębie-Zdrój, Krynica, Nałęczów, Szczawnica, Horyniec-Zdrój, Rymanów - Zdrój, Truskawiec, Druskieniki, Żegiestów - Zdrój.

Choroby wątroby i dróg żółciowych

Busko - Zdrój, Iwonicz, Morszyn, Goczałkowice, Krościenko, Ciechocinek, Jastrzębie - Zdrój, Krynica, Szczawnica, Rymanów - Zdrój, Druskieniki, Truskawiec, Inowrocław.

Choroby śledziony

Iwonicz, Krynica, Szczawnica, Rymanów - Zdrój, Truskawiec, Żegiestów - Zdrój.

Choroby nerek i pęcherza

Goczałkowice, Krościenko, Muszyna, Ciechocinek, Jastrzębie - Zdrój, Krynica, Nałęczów, Szczawnica, Horyniec - Zdrój, Rymanów - Zdrój, Truskawiec, Zaleszczyki, Druskieniki, Inowrocław, Żegiestów - Zdrój.

Choroby nosa, gardła i krtani

Jurata, Iwonicz, Otwock, Bystra, Jaremcze, Krościenko, Rabka, Worochta, Ciechocinek, Hel, Jastrzębie-Zdrój, Rajcza, Szczawnica, Zakopane, Jaworze, Krzeszowice, Rymanów - Zdrój, Truskawiec, Delatyn, Druskieniki, Inowrocław.

Choroby kobiece

Busko-Zdrój, Iwonicz, Morszyn, Solec-Zdroj, Goczałkowice, Rabka, Ciechocinek, Jastrzębie-Zdrój, Krynica, Nałęczów, Horyniec-Zdrój, Jaworze, Krzeszowice, Niemirów, Rymanów-Zdrój, Truskawiec, Delatyn, Lubień Wielki, Druskieniki, Inowrocław, Ustroń, Żegiestów-Zdrój.

Nerwice ogólne, choroby nerwowe z tłem anemicznem

Busko-Zdrój, Iwonicz, Kosów k. Kołomyji, Morszyn, Otwock, Solec-Zdrój, Bystra, Goczałkowice, Jaremcze, Ciechocinek, Jastrzębie, Krynica, Nałęczów, Szczawnica, Zakopane, Jaworze, Rymanów-Zdrój, Truskawiec, Delatyn, Lubień Wielki, Druskieniki, Inowrocław, Miłowody, Ustroń, Żegiestów-Zdrój.

Choroby przemiany materji

Busko-Zdrój, Iwonicz, Kosów k. Kołomyji, Morszyn, Otwock, Gokowice, Rabka, Ciechcinek, Jastrzębie-Zdrój, Krynica, Nałęczów,

Choroby nerek i pęcherza

Szczawnica, Delatyn, Jordanów, Tuchla, Niemirów, Rymanów, Truskawiec, Krzeczowice, Druskieniki, Inowrocław, Miłowody, Ustroń, Żegiestów.

Choroby kości, mięśni i stawów i gośćcowe urazowe, również na tle gruźliczem

Busko-Zdrój, Iwonicz, Morszyn, Solec-Zdrój, Goczałkowice, Muszyna, Rabka, Ciechocinek, Jastrzębie-Zdrój, Krynica, Nałęczów, Horyniec, Krzeszowice, Niemirów, Rymanów-Zdrój, Truskawiec, Delatyn, Lubień Wielki, Tuchla, Zełemianka, Druskieniki, Inowrocław, Ustroń, Żegiestów-Zdrój.

Zołzy, kiła i choroby skóry

Busko - Zdrój, Iwonicz - Zdrój, Morszyn, Solec-Zdrój, Goczałkowice, Muszyna, Ciechocinek, Jastrzębie-Zdrój, Horyniec-Zdrój, Krzeszowice, Rymanów-Zdrój, Truskawiec, Delatyn, Lubień Wielki, Druskieniki, Inowrocław.

Zatrucia morfinowe wyskokowe, nikotynowe i rtęciowe

Busko-Zdrój, Kosów k. Kołomyji, Solec-Zdrój, Goczałkowice, Nałęczów, Krzeszowice, Niemirów, Lubień Wielki, Miłowody.

Gruźlica płuc

Otwock, Jaremcze, Krościenko, Sucha, Worochta, Rajcza, Szczawnica, Zakopane, Jaworze, Zaleszczyki, Delatyn, Hrebenów, Tuchla.

Ozdrowiny po chorobach gorączkowych

Jurata, Otwock, Jaremcze, Krościenko, Sucha, Worochta, Hel, Rajcza, Szczawnica, Zakopane, Jordanów, Zełemianka, Delatyn, Hrebenów, Tuchla, Orłowo Morskie, Smukała.

Jak widzimy, skala możliwości leczniczych naszych uzdrowisk jest przebogata. Odpowiada jej również skala cen, ściśle zależna od położenia miejscowości, t. j. od możliwości zaopatrywania w artykuły żywnościowe na miejscu, co stanowi miernik wszystkich pozostałych cen.

Naogół można powiedzieć, że ceny w uzdrowiskach naszych są bardzo niskie. Z wyjątkiem kilku miejscowości, przeciętna cena dobrego pensjonatu z całodziennem utrzymaniem waha się od 4 do 10 zł. w głównym sezonie, od 3 do 7 zaś w pierwszym i trzecim. Ceny poszczególnych pokojów bez utrzymania wahają się od 40 do 120 zł. miesięcznie. Obiady w przeciętnej cenie 1,50 — 2,50 zł. z trzech dań. Produkty spożywcze, służące do opędzenia potrzeb codziennych dla nieprowadzących kuchni w domu, jak pieczywo, masło, sery, wędliny etc. naogół niższe niż w Warszawie, z wyjątkiem miejscowości położonych w górach, gdzie dowóz jest drogi. Ceny hoteli w miejscowościach o mniejszej frekwencji 2—5 zł. za dobę, w więcej uczęszczanych 4—10 zł., zależnie od położenia hotelu i pokoju.

Ryczałty obejmują przeważnie wszystko, t. j. kurację, całodzienne utrzymanie wraz z mieszkaniem, taksę zdrojową, porady lekarskie etc. Są one niezwykle tanie i posiadają tę zaletę, że pozwalają kuracjuszowi odrazu obliczyć koszty pobytu, co w dzisiejszych czasach odgrywa wielką rolę.

Na zakończenie, pragnę zaznaczyć, że pomimo kryzysu, bardzo silnie odczuwanego przez zarządy uzdrowisk, niema prawie ani jednego z nich, ktore nie czyniłoby stale inwestycji, z roku na rok ulepszając i modernizując swe urządzenia. Nie mówiąc już o uzdrowiskach państwowych (Busko-Zdrój, Ciechocinek, Krynica, Druskieniki, Szkło), większe zakłady prywatne, jak Rabka, Szczawnica, Morszyn, Truskawiec, Goczałkowice, Jastrzębie-Zdrój, Nałęczów, Iwonicz, Rymanów, Inowrocław, Żegiestów, etc., z roku na rok ulepszają swoje urządzenia, zarówno lecznicze, jak pozostałe.

Nie można nie zaznaczyć również, że służba zakładowa i pensjonatowa, z roku na rok zyskuje na doświadczeniu i uprzejmości i dziś prawie w każdym wypadku stoi na wysokości zadania.

Uzdrowiska nasze z roku na rok zyskują coraz większą frekwencję, pomimo minimalnej propagandy. Dowodzi to, że po pierwszem przełamaniu przesądów, o których wspomniałem na początku, publiczność nasza nabiera do nich coraz więcej zaufania, zupełnie zresztą słusznego.

W. O.

Busko-Zdrój



Inż. Michał Byszewski, Dyrektor Buska-Zdroju

Busko położone jest w dolinie, otoczonej wzgórzami, na wzniesieniu 183 m. Najbliższe stacje kolejowe są: Kielce na linji Warszawa — Dęblin — Strzemieszyce, oraz Szczucin na linji Tarnów—Szczucin. Urząd pocztowy, telegraficzny i telefoniczny w miejscu.

Busko posiada 13 źródeł artezyjskich. Są to zdroje siarczano-słone, z najsilniejszemi wodami siarczanemi nietylko w Polsce, lecz w całej Europie. Zasadniczym składnikiem wód mineralnych buskich są: siarkowodór, bezwodnik kwasu węglowego i sól kuchenna; poza temi głównemi składnikami zawierają wody buskie sól glauberską, sól gorzką, jodek magnezu i żelaza. Wody ze źródła Nr. 1 t. zw. Michalskiego, używa się do picia, innych wyłącznie do kąpieli. Łazienki do kąpieli siarczanych mieszczą się w głównym stylowym budynku. Budynek łazienek posiada ogółem 77 kabin dla dorosłych i 7 wanien I-ej klasy dla dzieci. Wszystkie wanny w kl. I-ej są fajansowe.



Za głównym budynkiem znajdują się niewielkie łazienki drugiej i trzeciej klasy. Łazienki II klasy składają się z 2 niewielkich sal z drewnianemi przegródkami, w których znajdują się wanny. Każda z tych sal posiada 6 wanien, jedne są przeznaczone dla mężczyzn, drugie dla kobiet. Łazienki III-ciej klasy składają się również z takich 2 sal, ale już bez przegródek, z których jedna sala posiada 8 wanien przeznaczonych dla mężczyzn, druga zaś 6 wanien — dla kobiet. Za łazienkami II i III klasy znajduje się pawilon łazienek błotnych (mułowych). Każda kabina do kąpieli posiada po 2 wanny i 2 poczekalnie. Jedna wanna służy do kąpieli błotnej, druga zaś z wodą ciepłą zwyczajną do obmycia się po kąpieli błotnej. Wanny do kąpieli błotnych są kamionkowe i nieruchome, wobec czego kąpiel przyrządza się na miejscu w łazience, w obecności kuracjusza. Dwie poczekalnie ułatwiają szybkość wydawania kąpieli, kiedy bowiem jeden kuracjusz się kąpie, drugi odpoczywa po kąpieli. Od wschodniej strony tego pawilonu znajduje się oddzielny pawilon dla okładów i kąpieli błotnych dla kończyn.

Obok łazienek błotnych znajduje się osobny pawilon Zakładu Przyrodoleczniczego, mieszczący oddział do natrysków i półkąpieli, 8 oddzielnych kabin z emaljowanemi wannami do kąpieli mineralnych, sztucznych (kwasowęglowych, jodo - bromowych, igliwiowych, solankowych i t. p.), oraz higjenicznych, gabinet do elektroterapji (galwanizacja, faradyzacja, prądy wysokiego napięcia, djatermja, gabinet do heljo- i fototerapji, lampa kwarcowa i lampa Jesionka) oraz salę gimnastyczną z aparatami Zandera i metodą Frenkla).

W parku zakładowym znajdują się dwa place, w odległości 250 m. jeden od drugiego, przeznaczone do kąpieli słonecznych i powietrznych. Każdy z tych placów jest szczelnie ogrodzony, posiada po 10 kabinek do rozbierania oraz natryski ze słodką wodą i odpowiednią ilość leżaków.

Szpital Św. Mikołaja, spełniający faktycznie zadanie pensjonatu dla niezamożnych chorych, obejmuje 3 pawilony, w których mieści się 105 łóżek. Pozostaje on pod kierunkiem lekarza z odpowiednim personelem pomocniczym t. j. felczerem, sanitarjuszkami i służbą szpitalną. Niezamożni chorzy umieszczani są tutaj za niewielką opłatą, po odpowiedniem wylegitymowaniu się przed Zarządem Szpitala.

Leczenie w Busku jest wskazane w następujących chorobach: gościec (reumatyzm) stawowy i mięśniowy, pierwotny i następowy w okresie przewlekłym, zesztywnienie stawów pozapalne i pourazowe, gościec zniekształcający, podagra, zołzy (skrofuły) i gruźlica chirurgiczna. Choroby skórne: chroniczna pryszczyca, łuszczyca, świerzbiączka, czyraczność, trądzik zwyczajny i różycowy, ostuda pstra, swędzenie skóry nerwowe, rybia łuska, grzybice wszelkiego rodzaju. Stare pozapalne wysięki narządów rodnych, otyłość, przewlekłe nieżyty górnych odcinków dróg oddechowych, przewlekłe nieżyty dróg żółciowych, przewlekłe nieżyty i ich następstwa w drogach moczowych, przewlekłe zapalenia naczyń i gruczołów chłonnych i ich następstwa. choroby układu nerwowego; rwa nerwu kulszowego i inne nerwobóle, przewlekłe zapalenie nerwów, wiąd rdzenia pacierzowego, nerwice serca, nerwice naczyniowo-ruchowe i neurastenja, niemoc płciowa, porażenia i niedowłady.

Przeciwwskazania: Ostre stany zapalne z wysoką ciepłotą, krwotoki płuc, macicy i innych organów z wyjątkiem umiarkowanych krwotoków hemoroidalnych, gruźlica płuc, wysoki stopień rozdęcia płuc, organiczne wady serca — niewyrównane.

Przy zakładzie oraz między zakładem a miastem znajduje się szereg will, posiadających kolo 1200 pokoi umeblowanych, z wszelkiemi urządzeniami mieszkalnemi, przeznaczonych wyłącznie dla kuracjuszów. Ponadto mogą kuracjusze zamieszkiwać także w pobliskiem mieście, gdzie rok rocznie przygotowane są pokoje lub mieszkania z kuchniami.

Zakład Zdrojowy posiada duży i pięknie utrzymany park ze wspaniałemi gazonami, klombami i chodnikami. Przed głównym pawilonem łazienek znajduje się obszerny deptak z estradą, na której dwa razy dziennie, t. j. cd 8 — 10 i 16 — 19 koncertuje orkiestra. W zdrojowisku znajduje się kino zakładowe, w którem odbywają się również przedstawienia, oraz koncerty. W obszernej sali balowej, mieszczącej się w głównym pawilonie zakładowym, odbywają się co niedzielę reuniony, bale i zebrania towarzyskie. Pokoje do gry w karty, szachy i warcaby; czytelnia czasopism i dzienników; radjo.

Okres kąpielowy trwa od 1 maja do 31 października.

Dla osób przyjeżdżających od strony Warszawy wskazanem jest dojechać do stacji Kielce, skąd dojazd samochodami lub autobusami, osobom zaś przyjeżdżającym z Małopolski i ze Śląska poleca się dojechać do stacji Szczucin (linja Tarnów — Szczucin) skąd 35 klm. końmi. Można też dojechać do stacji Jędrzejów (za Kielcami, w kierunku Sosnowca) skąd kolejką wąskotorową do Chmielnika, a stąd 18 km. samochodem lub autobusem, kursującym z Kielc do Buska.

Zakład zdrojowy w Busku jest własnością Państwa i znajduje się pod zarządem Departamentu Służby Zdrowia Ministerstwa Opieki Społecznej. Wszelkich informacyj udziela w czasie sezonów Biuro Informacyjne Komisji Zdrojowej w Busku, poza sezonami zaś Biuro Dyrekcji Zakładu Zdrojowego w Busku.

* * *

Pomimo kryzysu Busko nieustannie rozwija się. Z roku na rok przybywają nowe inwestycje, coraz ważniejsze i coraz bardziej zbliżające uzdrowisko do typu prawdziwie europejskiej miejscowości kuracyjnej, zakrojonej na szeroką skalę.

W roku bieżącym na zanotowanie zasługują: wybudowanie poczekalni przy łazienkach mułowych, skanalizowanie will przy zakładzie i zakończenie budowy wielkiego kolektora kanalizacyjnego, co pozwoliło na ułożenie trotuarów na ulicy zakładowej (Żwirki i Wigury). W obecnej chwili prowadzi się w jaknajszybszem tempie budowę jezdni asfaltowych, kontynuuje się budowę łazienek II i III klasy oraz kąpieli słonecznych, prowadzi się w dalszym ciągu budowę leżalni i odpoczywalni przy łazienkach I klasy.

Najważniejszym jednak etapem w rozwoju Buska jest realizowanie planu regulacyjnego, świeżo zatwierdzonego przez władze. Pozwoli on na niezwłoczne przystąpienie do rozplanowania zdrojowiska, wytyczenia ulic, stworzenia parceli budowlanych i planowej zabudowy. Powyższe pociąga za sobą również usunięcie szosy, przechodzącej przez sam środek zakładu. Będzie ona odtąd stanowiła tylko wewnętrzną arterję komunikacyjną zakładu, jako arterja zaś objazdowa służyć będzie nowa szosa, której budowa już się rozpoczęła.

Ważnym krokiem w rozwoju Buska jest również utworzenie komitetu dla budowy kolei Kielce — Busk — Mędrzechów. Komitet ten powstał pod przewodnictwem wojewody kieleckiego d-ra Dziadosza, i przystąpił już do wykonywania ostatecznego projektu, co pobudziło m. in. gminę Busk do poczynienia szeregu inwestycyj.

W Busku powstaje nowa wielka restauracja zakładowa. Zostanie ona wykończona w ciągu 2 lat i będzie stanowiła ostatnie słowo komfortu.

Na wykupywanych obecnie gruntach powstanie wkrótce nowy piękny park, którego projekt opracowuje dyr. Danielewski, naczelnik ogrodnictwa miejskiego w Warszawie.

Bezustanny rozwój Buska, nad którym czuwa niestrudzony dyr. inż. Michał Byszewski, przynosi zaszczyt balneologji polskiej.

„Górka“ Kolonja lecznicza dziecięca im. dr. med. rektora J. Brudzińskiego przy zdroju w Busku



Sanatorjum

W sierpniu 1918 r., w zaraniu odradzającej się wolności Polski, rzucona została odezwa do społeczeństwa, inicjująca wydarcie dzieci polskich z nor i suteren miast, na słońce, w dobre warunki klimatyczne, danie dziecku opieki lekarskiej, powietrza, odżywiania. Hasło to, rzucone w chwili gdy nędza, głód, choroby — wynik wojny światowej, dziesiątkowały najmłodsze pokolenie, znalazło żywy odźwięk w społeczeństwie. Przyszły wdowie, dziecięce, robotnicze grosze, pierwsze od młodzieży i robotników z Zagłębia, przyszła znaczniejsza ofiara od przemysłowca z Zagłębia inż. St. Knothego, umożliwiając rozpoczęcie realizacji myśli o budowie uzdrowiska dziecięcego. Zakupiono 10 morgów pustego ugoru, na wzgórzu położonem tuż przy Busku-Zdroju. 31 grudnia 1918 r. rozpoczęto już kopanie gliny do wyrobu cegły na budowę przyszłego pałacu dziecięcego, w październiku 1919 r. utworzono Komitet Budowy Kolonji Leczniczej Dziecięcej im. Dr. Rektora J. Brudzińskiego, człowieka, który pierwszy rozpoczął budowę szpitali dziecięcych w Polsce. W lecie 1920 r. rozpoczęto kolonję sezonową dziecięcą dla 60-ga dzieci skrofulicznych z Dąbrowy Górniczej i jednocześnie rozpoczęto budowę sanatorjum dziecięcego. Zainteresowano stowarzyszenia społeczne i humanitarne, rząd, sejmiki, magistraty miast, potem kasy chorych, utworzono stowarzyszenie pod obecną nazwą i poprzez lata niezwykłego trudu, ofiarnej pracy, wysiłków i ciężkiego znoju, doprowadzono do stworzenia wielkiego uzdrowiska dziecięcego, którego nie powstydzi się Polska przed zagranicą, uzdrowiska jednego z pierwszych w Polsce, urządzonego nowocześnie, zaopatrzonego w najnowsze zdobycze techniki.

Sanatorjum wybudowano w 1927 r. Dziś jest ono już o pojemności 200 chorych dzieci, dla leczenia całorocznego, z gabinetem Roentgena, oddziałem ortopedyczno - chirurgicznym, djatermią, lampami kwarcowemi, pracownią kliniczną, łazienkami do kąpieli siarczanych i higjenicznych, natryskami, centralnem ogrzewaniem, wodociągami i kanalizacją, elektrycznem oświetleniem, pralnią mechaniczną i t. p. Mieści się ono w gmachu dwupiętrowym, murowanym, o kubaturze 20,000 mtr. sz. z prześlicznemi wielkiemi salami, holami, pełne światła i słońca.

Obok sanatorjum, w odzielnych pawilonach letnich, nazywanych „szklanemi domami“ z marzeń Żeromskiego, mieszczą się kolonje sezonowe dziecięce, przez które w sezonach letnich przewija się obecnie po 1,200 i wyżej dzieci rocznie, przebywających na kuracji po 6 tygodni. Dzieci kąpią się w Państwowym Zakładzie Zdrojowym, korzystając przytem ze wszystkich urządzeń sanatorjum stałego. Znaczny, 40-morgowy teren pod ogrodami, parkiem, boiskami, placami zabaw, laskiem brzozowym i sosnowym, daje dzieciom leczącym się możność pełnego korzystania z wsi, w znakomitem, nieomal o charakterze podgórskim, powietrzu i życiodajnem słońcu.

Całość stwarza ramy do jakby całego systematu lecznictwa przyrodo - leczniczego, od kolonij wypoczynkowych do sanatorjum, z poszczególnemi ogniwami: kolonją kąpielową w Busku, morską, i projektowanemi leśną i rzeczną, oraz istniejącem już półsanatorjum letniem, co umożliwiłoby odpowiednie kwalifikowanie dzieci do poszczególnych uzdrowisk, przenoszenie z jednych do drugich, dla pełnego wykorzystania właściwości leczniczych odnośnych uzdrowisk i przystosowania uzdrowisk do różnego rodzaju schorzeń.

W sanatorjum czynna już jest szkoła o programie szkół powszechnych. Po długim okresie prób i wysiłków, zorganizowana obecnie szkoła ma niezwykle wielkie znaczenie ogólno - wychowawcze i umożliwia dzieciom, których kuracja wymaga czasem 1 — 2 — 3 lat przebywania w sanatorjum; wykorzystanie czasu na naukę, kształcenie umysłu i serca, dla przygotowania zdrowych fizycznie i moralnie przyszłych członków społeczeństwa. Nauka, wychowanie i leczenie łączą się tu w całokształt opieki nad dzieckiem, dając już obecnie pod każdym względem bardzo dobre rezultaty. Podkreślić należy wpływ racjonalnego zajęcia dzieci na ich psychikę i na wynikający z tego dobry wpływ na zdrowie fizyczne i leczenie.

Specjalną uwagę zwraca się też na możliwość fachowego wykształcenia dzieci sanatoryjnych. W tym celu prowadzone są przez specjalnych nauczycieli roboty kobiece, introligatorstwo i koszykarstwo. Jest to zaczątkiem zamierzonej szkoły rzemiosł i warsztatów pracy, wśród których ważną część stanowić będą warsztaty ortopedyczne.

Do sanatorjum, półsanatorjum i kolonij sezonowych, przyjmowane są dzieci od 4 do 14 lat, obojga płci, chore na gruźlicę pozapłucną, t. zw. chirurgiczną, kości, stawów, gruczołów, skóry, krzywicę, reumatyzm, anemję, wadliwe przemiany materji, przymiot wrodzony, zniekształcenie kośćca i inne przewlekłe choroby wieku dziecięcego. Dzieci z chorobami zakaźnemi i udzielającemi się nie są przyjmowane.

Okres leczenia w sanatorjum dzieci do długiej kuracji (schorzenia cięższe): w półsanatorjum 3 miesiące, w kolonji sezonowej minimum 6 tygodni.

Leczenie kąpielami siarczano - słonemi, mułowemi, okładami, kąpielami słonecznemi, naświetlaniami, werandowaniem, racjonalnem odżywianiem (syst. prof. Pirqueta).

Ulgi w opłatach przysługują dzieciom przysyłanym przez członków stowarzyszenia posiadającym udziały w kosztach budowy uzdrowiska. Za dzieci pracowników państwowych (za kartami skierowania lekarzy urzędowych) 75% płaci Skarb Państwa.

Dotychczas członkami - udziałowcami Górki są: Min. Spraw Wewn. Min. Pracy i Opieki Społecznej, 7 sejmików, 14 magistratów, 14 kas chorych, 8 instytucyj społeczno-humanitarnych i in. Kwoty wpłacone dotychczas jako udziały wynoszą zł. 1.712.000

Tak szybki rozwój instytucji, gdzie w ciągu 12 lat z pustego ugoru polskiego zdołano stworzyć wielkie dziś uzdrowisko dziecięce, pokryć nagie wzgórze, nad Buskiem - Zdrojem położone, pięknemi monumentalnemi budowlami, pawilonami, ogrodami, laskiem brzozowo-sosnowym i t. p. gdzie stworzono uzdrowisko, i leczy się dzisiaj powyżej półtora tysiąca dzieci rocznie, wyrwanych z objęć choroby i nędzy, świadczy o niezwykłej mocy woli inicjatorów oraz o wielkiej potrzebie takiego uzdrowiska dziecięcego w kraju naszym, gdzie przecież kilkaset tysięcy dzieci choruje na gruźlicę kostną, krzywicę, reumatyzm, anemję i in.

Zrozumienie tej potrzeby i dążenie do jej zaspokojenia, do zabezpieczenia bytu i rozwoju instytucjom takim, jak Górka i Górce podobnym, jest dziś niezwykle ważnem i pilnem zagadnieniem. które społeczeństwo nasze niewątpliwie doceni.

Ciechocinek wciąż się rozwija

Radca St. Wiśniewski Dyrektor Ciechocinka

Wieczna młodość starego Ciechocinka polega na tem, że co roku, z nadejściem wiosny, przybywa mu coś nowego. Staremu dębowi co rok wyrastają nowe konary, staremu Ciechocinkowi co rok wyrastają nowe inwestycje i nowe udogodnienia. I w roku bieżącym, pomimo ciężkich warunków, zarząd pod kierownictwem dyr. St. Wiśniewskiego i d-ra Iwanowskiego, przygotował kilka poważnych inwestycyj.

Dyrekcja opowiada nam o nich w następujących słowach:

— Pawilon łazienek I klasy przebudowany został niemal całkowicie, jeżeli chodzi o wnętrza. Powiększone zostały znacznie kabiny, w których dokonano wymiany starych wanien na nowe, fajansowe. Ściany kabin pokryte zostały glazurą, podłogi zaś szczelną masą. W ten sposób otrzymujemy wprawdzie tylko 56 kabin I klasy, ale zato każda z nich w zupełności odpowie najwybredniejszym wymaganiom kuracjuszów. Na parterze umieściliśmy piscyny (wanny wpuszczone w podłogę) dla ciężej chorych, którzy mogą wjeżdżać wózkami wprost do kabin. Nowe komfortowe urządzenie otrzymują również kąpiele Broscha oraz piankowe.

Budujemy również interesującą instalację dla zmywania wanien po kąpielach borowinowych. Będzie to wielki basen betonowy, w którym każda wanna, po opróżnieniu jej z borowiny, zostanie natychmiast mechanicznie wyszorowana i, idealnie czysta, otrzyma następną porcję świeżej borowiny dla następnej kąpieli. W tym celu udoskonalone zostały przewody kanalizacyjne, któremi zużyta borowina odpływa jako ściek. Jeżeli mowa o borowinie, należy zaznaczyć, że w roku bieżącym zakończyliśmy instalację, pozwalającą na trzyletnią gospodarkę borowinową. Posiadamy odpowiednie zbiorniki, w których w pierwszym roku zwozi się borowinę, w drugim poddaje się ją fermentacji i mieszaniu, w trzecim zaś trzyma się ją już jako gotową do użytku.

— Co się robi w dziedzinie ogrodnictwa?

— Zadrzewiamy w dalszym ciągu Park Zdrowia i Ogród Inhalacyjny. Przed gmachami łazienek zakładamy nowe plantacje, ujmowane w sposób tarasowy. Zyskamy przez to nowy, wspaniały kobierzec z kwiatów, tych kwiatów, które są tak wielką ozdobą Ciechocinka.

— Czy szosa z Raciążka do Wisły, o której budowie pisaliśmy już w roku ubiegłym, została wykończona?

— Oczywiście. Powstała wskutek tego piękna autostrada, która z jednej strony pozwoliła na połączenie szosowe Ciechocinka z magistralą toruńską, z drugiej zaś zbliżyła Ciechocinek do Wisły. W związku z tem przystań wiślana zostaje przeniesiona znacznie bliżej uzdrowiska i obecnie znajdować się będzie w odległości około 1 km. od centrum miasta, zamiast dotychczasowych 2½ km.

— Czy prowadzone były oprócz tego jeszcze jakieś prace inwestycyjne?

— Przeprowadzono kolektor kanalizacyjny długości 2 km. co umożliwiło połączenie nowej ⅓ części Ciechocinka z siecią kanalizacyjną. W ten sposób mamy obecnie 70% obszaru uzdrowiska już skanalizowanego i zaopatrzonego w wodociągi.

— Jaki jest program rozrywkowy na nadchodzący sezon?

— W parku przygrywać będzie w r. b. orkiestra opery poznańskiej pod tradycyjną dyrekcją Bronisława Szulca. Będziemy mieli teatr z Torunia pod dyr. p. Brackiego, 3 razy zaś w tygodniu kino dźwiękowe. Z imprez specjalnych projektowany jest na św. Jana kilkudniowy festival, w skład którego wejdą wianki, zawody pływackie na basenie, zawody tenisowe, konkursy hipiczne, etc.

— Jak zapowiada się wogóle tegoroczny sezon?

— Na to trudno odpowiedzieć. My ze swej strony uczyniliśmy wszystko, co do nas należało. Reszta zależy od pogód i... kryzysu, który nie wszystkim potrzebującym naszej kuracji pozwala na przyjazd do Ciechocinka, który, jak panu wiadomo, wraz z innemi uzdrowiskami, zniżył w roku bieżącym znacznie ceny. Nie wątpię jednak, że nasza stara tradycja i niebywała wprost skuteczność lecznictwa przezwyciężą nawet poniekąd i kryzys!

Raj dla dzieci...

Co nas leczy w Ciechocinku?

ŹRÓDŁA.

Ciechocinek posiada kilkanaście źródeł solankowych o wielkiej wydajności wody mineralnej i rozmaitych stopniach naturalnego stężenia.

Znaczenie tych źródeł zmalało w ostatnich czasach wobec uruchomienia źródła termalnego, które od roku 1932 zaopatruje wszystkie gmachy kąpielowe w 6%-wą radoczynną o ciepłocie przyrodzonej 35°C.

PIJALNIE.

Do użytku wewnętrznego służą solanki. Należą one do typu wód słono-żelazistych z bardzo znaczną zawartością żelaza i są z korzyścią stosowane w cierpieniach spowodowanych złą przemianą materji, u osób z niedomogą wydzielniczą żołądka, w stanach niedokrwistości, u dzieci z powiększonemi gruczołami, z gruźlicą kości i stawów.

KĄPIELE SOLANKOWE.

Stosownie do wskazań lekarskich kąpiele solankowe są przyrządzane z solanek 2, 4 i 6-cio procentowych.

Kąpiele solankowe ze źródła termalnego dzięki swej naturalnej ciepłocie i wielkiej zawartości emanacji radowej, mają spotęgowane i niezawodne w skutkach działanie lecznicze.

KĄPIELE KWASOWĘGLOWE.

Przyrządzane są z wody słodkiej lub ze słabej solanki, nasyconej kwasem węglowym przy pomocy odpowiednich aparatów saturacyjnych.

KĄPIELE BOROWINOWE.

Borowina ciechocińska należy do najlepszych borowin krajowych. Cechuje ją wysoka zawartość ciał organicznych i czynnych składników rozpuszczalnych.

Z borowiny tej są przyrządzane kąpiele borowinowe całkowite i częściowe, okłady borowinowe zwykłe i z zawijaniem, okłady systemem piszczańskim i opakowania borowinowe.

INHALATORJUM.

Wziewania ogólne solankowe i solankowo-aromatyczne dla dorosłych i dzieci. Wziewania specjalne aparatami typu własnego i typu Inhabad o rozpylaniu subtelnem i grubem. Oddychanie rozrzedzonem powietrzem. Płuczkarnie.

EMANATORJUM RADOWE.

Wziewanie emanacji radowej w specjalnej kabinie. Ilość emanacji radowej jest dawkowana według wskazówek lekarza.

ODDZIAŁ WODOLECZNICZY.

Kąpiele i półkąpiele, natryski, bicze i wachlarze, natryski szkockie, płaszcze wodne, natryski dolne, kąpiele faliste, szafki parowe, zawijania w koce.

Pływalnia solankowo-termalna

ODDZIAŁ ELEKTROLECZNICZY.

Kąpiele elektro-świetlne ogólne i częściowe, sollux, lampy kwarcowe i reflektoryczne. Diatermia. Galwanizacja, faradyzacja i franklinizacja.

ZABIEGI SPECJALNE.

Przepłukiwania kiszkowe systemem Broscha. Kąpiele piankowe.

KĄPIELE BASENOWE.

Ciechocinek jest jedynem w naszym kraju zdrojowiskiem, gdzie są stosowane na szeroką skalę ciepłe kąpiele solankowe basenowe. Do tego celu służą trzy baseny, z których każdy jest przeznaczony do innego rodzaju zabiegów leczniczych.

Pierwszy basen, wybudowany na zacisznym terenie między tężniami, posiada największe wymiary i nosi nazwę „pływalni solankowo-termalnej". Olbrzymie wymiary tego basenu i nowoczesne urządzenia pozwalają zaliczyć go do najwspanialszych inwestycyj tego rodzaju.

Drugi basen nazwany cieplicą wspolną dzięki wysokiej ciepłocie i koncentracji wypełniającej go solanki, jest urządzeniem nawskros leczniczem i służy do stosowania w dnie pogodne normalnych kąpieli solankowych.

Trzeci wreszcie kryty basen może być czynny bez względu na pogodę, kąpiel zaś w nim nie tylko nie ustępuje, lecz dzięki wysokiej ciepłocie wody i powietrza, promieniom pozafjołkowym i nieustannie wydzielającej się emanacji radowej — przewyższa kąpiele solankowe w łazienkach.

PRZYRODOLECZNICTWO.

Plaża o powierzchni 20.000 metr.² Kąpiele słoneczne, powietrzne i piaskowe. Gimnastyka i gry ruchowe dla dzieci we wzorowym ogrodzie Jordanowskim. Naturalne inhalacje przy tężniach.

Druskieniki są gotowe

Druskieniki leżą w pow. Grodzieńskim, woj. Białostockiego, w malowniczej okolicy pagórkowatej, na wysokim brzegu Niemna u ujścia Rotniczanki, w pobliżu pięknego jeziora Druskonie, na wysokości 103 m., wśród rozległych lasów sosnowych, kryjących pełne czaru jeziora.

Stacja kolejowa Druskieniki na nowootwartej linji. Urząd pocztowy, telegraf i telefon międzymiastowy na miejscu.

Klimat Druskienik jest łagodny i umiarkowanie wilgotny, nie wykazujący większych wahań. Powietrze bardzo czyste, przepojone wonią żywiczną otaczających lasów iglastych, gleba sucha o głębokiej warstwie przepuszczalnego piasku. Walory te pozwalają zaliczyć Druskieniki do rzędu najlepszych stacyj klimatycznych.

Druskienickie wody mineralne należą do grupy solanek ziemnych, zawierających obok chlorku sodu także chlorek wapnia. Solanki te, stosowane leczniczo od 100 lat, posiadają rozmaite stężenia i służą do kąpieli i do picia. Do użytku wewnętrznego stosowana jest solanka ze źródła „Solanka Druskienicka", zbliżona swym składem chemicznym do wód Kissingen (Rakoczy), wzmagająca czynności żołądka i trzustki. Do kąpieli używana jest solanka z szybu, pięciokrotnie silniejsza od solanek używanych poprzednio.

Przepiękny widok z druskiennickiego bulwaru na Niemen i brzeg litewski

Dalszem bogactwem Druskienik są obfite pokłady doskonałej borowiny.

Specjalnością Druskienik są słynne kąpiele kaskadowe w Rotniczance i zakład dla leczniczego stosowania słońca, powietrza i ruchu, zajmujący trzy tereny. Każdy z nich posiada specjalnie wykonane nachylone wzgórza piaskowe, ocienione polanki, bieżnie, boiska i baseny.

Stosuje się tam połączone w umiejętny sposób bodźce klimatyczne z ćwiczeniami gimnastycznemi. Leczenie indywidualne pod stałym nadzorem lekarskim.

Zakład kąpielowy jest zaopatrzony w urządzenia wentylacyjne i centralne ogrzewanie i zajmuje około 140 sal i łazienek. Mieszczą się w nim: oddziały kąpieli solankowych dla dorosłych (I i II — klasy), osobne dla dzieci o 12 wannach z oddzielną odpoczywalnią, dwa oddziały kąpieli borowinowych ze specjalnemi kabinami do rozbierania, umożliwiającemi dłuższy wypoczynek po kąpieli i ewentualne kocowanie. Okłady borowinowe w osobnych kabinach. Pozatem oddział kąpieli kwasowęglowych na solance nasycanej przez duży saturator, kąpiele tlenowe i piankowe, gabinety do irygacji solanką, aparaty t. zw. Douche en Hamac do irygacji podczas kąpieli w wannie, aparaty Brosch'a do przepłukiwania jelit, oddziały wodolecznicze, zaopatrzone w katedrę natryskową Winternitza, wanny do półkąpieli i kabiny do kocowania, specjalna sala natryskowa systemu d-ra Żniniewicza. Oddział elektroleczniczy posiada djatermię, pantostat, wannę elektryczną, kąpiel czterokomorową, lampę kwarcową, lampy Landeckera i Minina, szafki elektryczne. Inhalatorjum posiada salę do wziewań ogólnych solankowych suchych i wilgotnych, solankowo-aromatycznych oraz inhalacyj indywidualnych. W sezonie czynna jest zakładowa pracownia rozpoznawczo-lekarska i druga dla badania produktów spożywczych.

Pijalnia w parku nad brzegiem Niemna zaopatrzona jest we wszelkiego rodzaju wody mineralne, urządzenia do podgrzewania wody i t. p.

Wskazania lecznicze w Druskienikach: Gościec stawowy i mięśniowy, pourazowe wysięki i zrosty, pozostałości po sprawach zapalnych skóry, zołzy i krzywica, choroby przemiany materji (dna, otyłość), choroby żołądka i jelit, choroby kobiece, choroby układu nerwowego organiczne i czynnościowe, nieżyty nosa, gardła i krtani, przewlekłe nieżyty oskrzeli, początkowa rozedma płuc, niedokrewność, choroby serca i naczyń, o ile miażdżyca nie jest zbyt daleko posunięta. Pozatem Druskieniki są wskazane jako stacja klimatyczna dla dzieci słabych, ozdrowieńców i ludzi wycieńczonych.

Przeciwwskazania: zapalenie nerek, gruźlica płuc, daleko posunięte niewyrównane schorzenia serca, choroby psychiczne.

W sezonie praktykuje około 40 lekarzy, wśród nich profesorowie Uniwersytetu Wileńskiego, ponadto kilku lekarzy dentystów. Liczne masażystki, pielęgniarki, położne.

Codziennie koncerty w parku, dancingi w cukierniach i w kasynie, występy artystów i zespołów teatralnych, przejażdżki po jeziorze, rybołóstwo, grzybobranie. Wspaniała plaża na wyspie na Niemnie. Tenis i sporty, wycieczki w bliższe i dalsze okolice. W zimie doskonałe tereny narciarskie, tor saneczkowy i ślizgawka.

Sezon letni trwa od 15 maja do 30 września, zimowy od 15 grudnia do 28 lutego.

Senator adw. Abramowicz, który od chwili przejęcia zdrojowiska przez Państwo, zarządza niem, podnosząc je z roku na rok do coraz większej świetności, udziela nam następujących informacyj:

— Zakład posiada wszystkie urządzenia, jakich od zdrojowiska można wymagać. W obecnej chwili należy sobie tylko życzyć, aby i gmina również była w stanie spełnić co do niej należy. Niestety, z braku środków nie jest to możliwe i tylko pomoc Komisji Zdrojowej pozwala na stopniowe wprowadzanie inwestycyj. Zapoczątkowano też budowę wodociągów, które wykończone zostaną w ciągu 8 lat, układa się bruki, jezdnie i chodniki.

Z komisją współpracuje gorliwie Tow. Przyjaciół Druskinik, pod przewodnictwem generała Litwinowicza, które objęło dział atrakcyj i rozrywek.

Z inicjatywy jego powstało schronisko turystyczne, zaprowadzono kursowanie statku parowego do Grodna, zbudowano most, łączący brzeg z plażą, założono korty tenisowe.

W roku bieżącym oddajemy do użytku trzeci i ostatni teren Zakładu Leczniczego, stosowania słońca, powietrza i ruchu im. dr. Lewickiej. Jest to jedyny na tym poziomie zakład, wspaniale urządzony i wyposażony w najlepsze warunki. Od r. 1930 dokonywano w nim stopniowych inwestycyj, dziś też urządzony jest już kompletnie. Ostatni etap w jego rozwoju stanowi właśnie dział, obecnie oddawany do użytku. Jest to dzieciniec, w którym dzieci, pod opieką odpowiednich sił fachowych, będą mogły spędzać czas na kąpielach słonecznych, gimnastyce i ruchu. Z chwilą oddania tego terenu do użytku, praca inwestycyjna w dziale zakładowym będzie ukończona. Pozostaje nam tylko dalsza stała praca nad utrzymaniem w należytym stanie tego co już posiadamy, oraz nad rozwojem wytwórczości naszych preparatów igliwiowych do kąpieli, wytwarzanych z prawdziwego olejku sosnowego, drzewa bowiem, jak pan sam widzi, nie brak nam!

Pragniemy na dokończenie przypomnieć Sz. Czytelnikom, że Druskieniki posiadają obecnie doskonałą komunikację kolejową, za pomocą nowej linji, łączącej zdrojowisko z magistralą Warszawa-Wilno. Nowa linja, a przedewszystkiem dworzec w Druskienikach, wzbudzają prawdziwe uznanie dla ich twórców.

Leczmy się w Polsce!

Jakim uzdrowiskom zagranicznym odpowiadają polskie?

UZDROWISKA POLSKIE	ODPOWIADAJĄ ZAGRANICZNYM	WSKAZANIA LECZNICZE
I. Źródła słone i słono-jodobromowe.		
Ciechocinek-Cieplica n/W. — 46 m. n.p.m. Inowrocław — 90 „ Druskieniki n/Niemnem — 200 „ Goczałkowice — 266 „ Jastrzębie-Zdrój — 300 „ Rymanów — 400 „ Iwonicz — 410 „ Rabka — 500 „ i inne.	Baden-Baden, Kissingen, Kreuznach, Soden, Wiesbaden, Reichenhall, Reinfelden, Hall, Salies-de-Bearne, Archambault, Salsomaggiore, Droitwich.	Gościec stawowy i mięśniowy. Zołzy i krzywica. Wadliwa przemiana materji. Przewlekłe zapalenia organów kobiecych. Sprawy pozapalne, wysięki. Niedokrwistość, blednica. Schorzenia górnych odcink. dróg oddechowych Choroby układu nerwowego.
II. Szczawy alkaliczne, alkaliczno-słone, alk-słonogorzkie i żelazisto-wapniowe.		
Nałęczów — 217 m. n.p.m. Truskawiec — 400 „ Krościenko n/Dunajcem — 420 „ Żegiestów n/Popradem — 486 „ Szczawnica — 500 „ Krynica — 586 „ Iwonicz Rymanów i inne.	Neuenarh, Gleichenberg, Billin, Wildungen, Giesshübel, Ems, Elster, Nauheim, Reichenhall, Tarasp, Spaa, Franzensbad, Montecatini, Vichy, Royat, Contrexeville, Essentuki, Borżom.	Nieżyty błon śluzowych w cierpien. dróg oddechowych; choroby przewodu trawiennego (żołądka z nadkwaśnoś. i wrzodem). Choroby krwi, blednica, niedokrwistość. Choroby serca i naczyń; chor. przemiany materji i gruczołów dokrewnych; choroby wątroby, dróg żółciowych i moczowych. Dna, cukrzyca, otyłość i miażdżyca. Choroby kobiece i nerwowe.
III. Zdrojowiska siarczane.		
Solec — 160 m. n.p.m. Busko — 183 „ Niemirów — 220 „ Szkło — 260 „ Lubień Wielki — 300 „ Krzeszowice — 350 „ Horyniec Truskawiec Swoszowice pod Krakowem i inne.	Akwizgran, Landeck, Baden, Trenczyn, Piszczany, Luhaczowice, Aix-les-Bains, Bagnères du Luchon, Harrogate, Heluan, Piatigorsk.	Wszystkie stany reumatyczne Skaza moczanowa Przewlekłe zatrucia metalami. Pewne cierpienia przewodu pokarmowego. Zmiany stawowe. Nerwobóle. Dna. Rwa kulszowa. Obrzęki, zgrubienia i niedowłady pouraz. Choroby skórne i weneryczne. Nieżyty górnych dróg oddechowych
IV. Zdroje gorzkie (glauberskie)		
Morszyn — 325 m. n.p m.	Karlsbad, Marienbad, Brides-Salines	Cierpienia wątroby i jelit; otyłość
V. Kąpieliska morskie.		
Orłowo, Kamienna Góra, Gdynia, Hel, Hallerowo, Jastrzębia Góra, Jurata, Jastarnia	Cranz, Sopot, Westerplatte, Kołobrzeg, Heringsdorf.	Uodpornienie ustroju; zołzy; wpływ podniecający na narządy
V. Stacje klimatyczne.		
Otwock — 97 m. n.p m. Sanatorjum Rudka — 180 „ Zaleszczyki — 300 „ Ustroń — 365 „ Jaworze — 380 „ Kosów — 400 „ Bystra — 400 „ Ojców n/Prądnikiem — 400 „ Delatyn — 450 „ Wisła — 450 „ Czorsztyn n/Dunajcem — 500-700 „ Rajcza — 500 „ Jaremcze n/Prutem — 525 „ Żabie — 700 „ Istebna — 750 „ Worochta — 750 „ Zakopane — 900 „ Bukowina — 1000 „	Analogiczne wysokości posiadają: Schandau (117). Harzbuurg (270) Montreux (400). Interlaken (570). Meran (500). Ischl (475). Reinerz (570). Berchtesgad. (570). Garmisch-Partenkirchen (700). Smokovec (1000). Semmering (1000). Chamonix (1050).	Wpływ podniecający na narządy: uodpornienie ustroju; choroby płucne.

Hel

Hel leży w pow. Morskim, woj. Pomorskiego, prawie na samym końcu półwyspu helskiego, w najszerszej jego części. Miejscowość położona jest od strony zatoki.

Stacja kolejowa (zakończenie linji kolejowej Gdańsk — Gdynia — Hel) jest odległa o 1 km. od kąpieliska. Można również przybyć do Helu z Gdyni morzem.

Klimat Helu jest nadmorski, łagodzony nawet w czasie wielkich upałów powiewami od morza. Powietrze czyste. Gleba piaszczysta, przepuszczalna, okolica zalesiona.

Główne środki lecznicze w Helu stanowią kąpiele morskie i słoneczne na obszernych plażach, poza tem doskonałe świeże, wolne od kurzu powietrze.

Posiadając ogromne rezerwuary czystego i pozbawionego kurzu powietrza, którego dobroczynny wpływ na organizm ludzki potęguje się przez pobliże lasów iglastych, stanowi Hel bardzo dobrą stację klimatyczną dla chorych na niedomagania dróg oddechowych. Piaszczyste, suche wybrzeże półwyspu i wygodne szerokie plaże umożliwiają stosowanie w szerokim zakresie kąpieli słonecznych i powietrznych. Z tego powodu jest Hel, wymarzonem miejscem wytchnienia i wypoczynku dla ozdrowieńców i ludzi potrzebujących spokoju.

Pobyt w Helu jest wskazany dla dzieci zołzowatych, zwłaszcza z t. zw. odrętwiałą postacią zołzów, dla osób z przewlekłemi nieżytami dróg oddechowych, dla osób ze skazą podagryczną lub otyłych, bardzo często także dla dziewcząt i dla kobiet z czynnościowemi zboczeniami w zakresie narządu płciowego.

Przeciwwskazania tworzą sprawy reumatyczne, gruźlica, stany niesprawności narządu krążenia.

Cała mieiscowość jest oświetlona elektrycznie.

Hel posiada hotel oraz wiele dobrze urządzonych pensjonatów. Również dobre pomieszczenia można znaleźć w domach miejscowych rybaków. Czyste acz skromnie urządzone, są położone w miasteczku i w nowej kolonji rybackiej. Aprowizacja dobra, wszystko można nabyć na miejscu.

W Helu ordynuje stale lekarz, w sezonie przebywa ich więcej; apteka na miejscu.

Pobyt w Helu jest bardzo urozmaicony. Poza kąpielami morskiemi i plażowaniem, które są głównemi atrakcjami pobytu nad morzem, uprzyjemniają go wycieczki żaglowcami i łodziami rybackiemi, wiosłowanie, tenis, zabawy taneczne, dancingi, koncerty i przedstawienia teatralne.

Sezon trwa od 15 czerwca do 15 września.

Komunikacja kolejowa bardzo dobra, bezpośrednie wagony z Warszawy, Poznania i Krakowa. Statki żeglugi przybrzeżnej utrzymują codzienną wygodną komunikację z Gdańskiem, Sopotami, Gdynią i Jastarnią.

Informacyj o mieszkaniach w wiosce zasięgać można w Sołectwie Gminy Hel.

Horyniec

Zdrojowisko siarczane w woj. Lwowskiem, na wysokości 284 m. w okolicy pagórkowatej, obfitującej w rozległe lasy iglaste. Stacja kol. na linji Jarosław-Rawa Ruska w miejscu. Poczta, telegraf i telefon w Horyńcu.

W zdrojowisku znajdują się źródła siarczane, siarkowodorowe o wielkiej wydajności i bogate złoża borowiny o pierwszorzędnej wartości leczniczej. Wody horynieckie stosowane są do kąpieli i do picia, borowina do kąpieli i do okładów tak w zdrojowisku, jak i poza niem. Kuracja przy użyciu naturalnych środków leczniczych Horyńca Zdroju daje wynika nie gorsze od tych, jakie osiąga się przy leczeniu w Akwizgranie, Baden, Wieilbach, Piszczanach i Trenczynie.

Zakład Zdrojowy rozporządza łazienkami I i II klasy do kąpieli siarczanych i borowinowych, urządzeniami do hydroterapji, leżalniami, kąpielami słonecznemi i powietrznemi. Budynki zakładowe skanalizowane; są wodociągi i światło elektryczne.

Wskazania: schorzenia reumatyczne, podagra, otyłość, poozstałości po zapaleniach, choroby kobiece, choroby wątroby oraz niektóre choroby narządu krążenia.

Przeciwskazania: gruźlica, stany gorączkowe bez względu na pochodzenie, niewyrównane choroby serca, zapalenie nerek.

Lekarz zdrojowy, podręczna apteka, masażyści obojga płci na miejscu.

Mieszkania w pensjonatach zakładowych i prywatnych. Obfitość produktów spożywczych daje możność prowadzenia własnej kuchni. Informacyj udziela Zarząd Zdrojowy w Horyńcu, tel. Nr. 1.

Inowrocław dla swoich i obcych

Prezydent m. Inowrocławia, p. Apolinary Jankowski, o rozwoju zdrojowiska

Uzdrowisko i miasto związane są ze sobą organicznie. Miasto posiada w swem cennem uzdrowisku siłę atrakcyjną, uzdrowisko zaś w mieście silne zaplecze, pozwalające na wiele udogodnień, których pozbawione są nieraz uzdrowiska, nie związane z żadną większą jednostką.

Dlatego też rozwój zarówno miasta, jak uzdrowiska, związany jest ze sobą nierozerwalnie.

Prezydent Inowrocławia, p. Apolinary Jankowski, niestrudzony pionier rozwoju zarówno uzdrowiska, jak miasta, w rozmowie z przedstawicielem „Wiadomości Turystycznych" rzuca następujące uwagi:

— W obecnej chwili przeprowadzamy urbanizację uzdrowiska, która ostatecznie zapewni mu wszystkie wygody, z jakich korzysta każde wielkie miasto. Pragniemy dać w ten sposób zdrojowisku ramy par excellence europejskie. Zadanie to bynajmniej nie jest łatwe, bo przecież sharmonizowanie uzdrowiska z blisko 40.000-em miastem wymaga bardzo skomplikowanej pracy. Należy przytem zaznaczyć, że pomimo wszystko zdrojowisko będzie w dalszym ciągu stanowiło jednostkę samodzielną, miasto również. Zachowanie odrębności miasta i uzdrowiska, przy jednoczesnem zurbanizowaniu pierwszego stanowi jedno z naszych głównych zadań. Prace w tym kierunku wykonywane są obecnie przez architektów Jankowskiego i Guta. Rozwija się również w zdrojowisku ruch budowlany. Nowe wille powstają w szybkiem tempie. Budujemy też monumentalny gmach specjalnego kościoła zdrojowiskowego.

Uzdrowisko nasze rozszerza z roku na rok promień swego zasięgu. Obecnie posiadamy już znaczną ilość kuracjuszów z zagranicy, mianowicie z prowincyj niemieckich, leżących bliżej naszych granic. Frankfurt n/Odrą, Prusy Wschodnie oraz w. m. Gdańsk coraz liczniej są reprezentowane. Pracujemy obecnie nad rozszerzeniem ekspansji na kraje Skandynawskie, a w pierwszej linji wchodzi tu w grę Szwecja, której obywatele interesują się bardzo Polską ze względu na intensywnie rozwijające się w ostatnich czasach stosunki polsko-szwedzkie. Rozpoczęta przez nas przed 2 laty kampanja zaczyna wydawać owoce. Sfery lekarskie rokują pod tym względem doskonałe nadzieje, kuracjusze szwedzcy zaś wykazują silne zainteresowanie Inowrocławiem. Dopomaga tu również doskonała komunikacja ze Stockholmu do Inowrocławia przez Gdynię, stosunkowo tania, gdyż cena przejazdu wspomnianą tarasą nie przekracza 120 zł. Jako dowód zainteresowania się Szwecji naszem zdrojowiskiem może służyć fakt, że bawił tu przez dłuższy czas szwedzki profesor Holström, który wydał drukiem kilka prac, dotyczących naszego zdrojowiska. (Jedną z nich zamieszczą „W. T." w najbliższym numerze — Red.).

Ruch ze Szwecji do Inowrocławia posiada wszelkie cechy naturalnego rozwoju, gdyż stare szlaki komunikacyjne i turystyczne prowadzą tradycyjnie ze Szwecji na kontynent przez Niemcy, a powstanie Gdyni nadaje obecnie szlakom tym bliższy i uproszczony kierunek, stwarzając warunki komunikacyjne pierwszej klasy.

Będziemy się rozwijali więc — kończy prezydent Jankowski — nietylko jako uzdrowisko dla Polaków, ale i dla cudzoziemców. Nie wątpię, że zadaniu temu Inowrocław w zupełności podoła.

Na zakończenie rozmowy prez. Jankowski zaprasza naszych Czytelników, kierując do nich poniższy autograf:

W Inowrocławiu stały postęp

Dr. Sroczyński, naczelny lekarz zdrojowiska, którego wiedzy i pracy zawdzięcza ono swój stały rozwój, charakteryzuje je w następujących słowach:

— Nieraz słyszy się ze strony nieuświadomionych, że zdrojowisko, znajdujące się w bliskiem sąsiedztwie miasta, posiada mniej warunków zdrowotnych, niż inne. Jest to pogląd zupełnie niesłuszny, gdyż przedewszystkiem nasze zdrojowisko znajduje się w odległości ok. 1 km od centrum i oddzielone jest od niego dzielnicą willową, następnie zaś znajdujemy się w 200 morgowym parku, pełnych starych drzew, zieleni, klombów i kwiatów. Na bliskości miasta zaś zyskujemy ogromnie ze względu na możność korzystania z jego urządzeń kulturalnych. Zresztą zagranicą największe uzdrowiska ulokowane są w podobny sposób ku ogólnemu zadowoleniu zarówno miast jak i uzdrowisk.

— Jak rozwijają się w ostatnich czasach inwestycje lecznicze w Inowrocławiu?

— Chcąc odpowiedzieć na to pytanie muszę przedewszystkiem zaakcentować znaczenie źródła pitnego. Jest ono bardzo ważne, gdyż Inowrocław dawniej leczył tylko kąpielami. Solanka pitna wzmocniła silnie znaczenie ich, stwarzając razem zespół środków, dostarczających organizmowi silnych bodźców, pobudzających go do walki z konstytucją chorobową. Kąpiele solankowe wzmacniają siły organizmu i działalność ich zbliżona jest do proteinoterapji, pobudzającej wewnętrzne wydzielanie i procesy dokrewne w skórze, wywołujące przekrwienie w ogniskach chorobowych, szczególnie w stawach, aktywują system nerwowy wegetatywny i wzmacniają wytwarzanie ciał odpornościowych. Dzięki temu posiadają one szerokie pole wskazań. 80% chorób stawów, jak reumatyzm, dna, artretyzm, etc. leczą kąpiele solankowe, uzupełnione



Inowrocław Zakład

doskonałemi kąpielami borowinowemi oraz licznemi środkami pomocniczemi. W schorzeniach stawów b. używane są masaże i przegrzewania na poszczególne stawy, przyczem używamy wiele przegrzewań gorącem powietrzem przy pomocy aparatów d-ra Tyrnauera, jak to się praktykuje w Wiesbadenie, Karlsbadzie, etc.

— Jak wygląda frekwencja cudzoziemców w Inowrocławiu?

— Mieliśmy już spory kontyngent gości z Niemiec, który stale wzrastał. Niestety, ograniczenia dewizowe ruch ten zahamowały. Zainteresowanie jednak nie ustaje, Inowrocław bowiem jeszcze z czasów przedwojennych posiada w Niemczech doskonałą markę oraz liczne prace niemieckich wybitnych sił naukowych. M. in. słynny prof. Bergel, dawniejszy lekarz zdrojowy w Inowrocławiu, już w r. 1901 ogłosił szereg prac, dotyczących zdrojowiska i gorąco zalecał budowę inhalatorjum, które obecnie już posiadamy. Nie mniej cenne prace z tej samej dziedziny ogłaszał dr. Hirsch, który udowodnił, że wiele chorób stawów posiada swe źródło w chorobach migdałów i zalecał gorąco leczenie schorzeń reumatycznych za pomocą inhalacji, tego właśnie typu, jaki posiada Inowrocław.

Oprócz Niemców silne zainteresowanie Inowrocławiem wykazują również Szwedzi. Ruch ten został zapoczątkowany w sezonie ubiegłym, nie wątpię też że w obecnym rozwinie się w dalszym ciągu.

— Czy pod względem organizacyjnym są jakieś interesujące nowości?

— Sądzę, że czytelników „Wiadomości Turystycznych" zainteresuje wiadomość o naszej specjalnej szkole djetetycznej. Jest to instytucja o 2½ rocznym kursie, w której kształcą się właściciele pensjonatów w specjalnej umiejętności djetetyki, tak ważnej przy każdej kuracji. Absolwenci otrzymują dyplomy. Tworzą oni coraz większy kontyngent dzielnych pomocników lecznictwa uzdrowiskowego.

— Co pan doktór przewiduje w najbliższej przyszłości dla Inowrocławia?

— Pracujemy bez ustanku nad dalszym rozwojem zdrojowiska, trzymamy rękę na pulsie i staramy się dotrzymać kroku najnowszym badaniom i wymaganiom zdrojownictwa. Zdaje się, że nam się to udaje, gdyż posiadamy z roku na rok coraz większą liczbę zwolenników naszej kuracji".

Istotnie, patrząc na piękne i nowoczesne urządzenia Inowrocławia, na wzorowy porządek i organizację oraz na bajeczną czystość wszystkich gmachów, sal, urządzeń i instalacyj, nie trudno domyśleć się, że kuracjusz musi tutaj czuć się dobrze i że łatwo asymiluje dobrodziejstwa, wypływające z kuracji.

Co nam daje Inowrocław?

Zdrojowisko położone w zachodniej Polsce na Kujawach, posiada klimat łagodny, zbliżony do morskiego bez wielkich wahań ciepłoty dobowych i rocznych, dość słoneczny, odznaczający się przeciętnie małą ilością opadów. Miasto Inowrocław liczy przeszło 30 tys. mieszkańców, posiada doskonałe warunki sanitarne, wodociągi, kanalizację, oświetlenie elektr., gaz, drogi asfaltowe i brukowane. Dzielnica zdrojowiskowo-willowa znajduje się na zachodniej stronie miasta. Dojazd ze stacji Inowrocław (odległość 1½ km) autodorożkami, dorożkami konnemi, tramwajem i autobusem.

Zakłady zdrojowe położone są w blisko 200 morgowym, starannie utrzymanym parku, odznaczającym się pięknym drzewostanem i kilku rzadkiemi okazami przyrody.

Zdrojowisko położone na skrzyżowawaniu licznych i ważnych linij kolejowych połączone jest pociągami osobowemi i pośpiesznemi z całą Polską, a pociągami tranzytowemi z Rzeszą Niemiecką. Nowa magistrala Śląsk - Gdynia skraca odległość z województw południowych i zachodnio - południowych do Inowrocławia o przeszło 100 km.

Urząd Pocztowo-Telegraficzny mieści się w czasie głównego sezonu w zakładzie kąpieli solankowych.

Rozwój i znaczenie zdrojowiska datuje się od odkrycia bogatych żup solnych w 1835 r. Zakład kąpielowy z natryskami i kąpielami parowemi istniał już w wiekach średnich. Pierwsze wiercenia za źródłami dokonano w 1869 r. Studnie miejskie zawierały jednak zawsze przeważnie wodę słono-mineralną. Dobrą wodę do picia uzyskano dopiero przez założenie nowoczesnych wodociągów w 1905 r. we wsi Trzaski, 6 km. od Inowrocławia. Rozbudowę zakładów zdrojowych w wielkim stylu rozpoczęto po odzyskaniu niepodległości. Zakład kąpieli solankowych i kwasowęglowych powiększono w 1923 r. Lecznictwo kąpielami i zabiegami borowinowemi zaprowadzono w 1925 r. opierając się na analizach, stwierdzających wysoką wartość leczniczą borowiny inowrocławskiej.

Wielki zakład przyrodoleczniczy i wziewalnię otworzono w 1929 r. podczas VII. Powszechnego Zjazdu Higjenistów Polskich. W gmachu tym znajduje się także emanatorjum radowe i oddziały wodolecznicze.

Podstawą leczenia kąpielami solankowemi są solanki stężone t. zw. żoły lub surowice solankowe o wysokiem stężeniu 31%. Do słabszych kąpieli używa się wody ze źródła niskoprocentowego, które służy także do inhalacji. Solanki niskoprocentowe, szczególnie nasycone bezwodnikiem węglowym, używa się do kąpieli w schorzeniach serca i naczyń krwionośnych. Ług pokrystaliczny doprowadzony jest do wszystkich łazienek. Solanki i płynny ług zawierają liczne sole t. zw. uboczne: potasowe, magnezowe, wapienne, brom, jod, lit i inne.

Kąpiele borowinowe działają przez swe szczególne właściwości fizyczne: wyższą gęstość, ciepłotę i ciężar właściwy oraz przez odmienny skład chemiczny. Kąpiele te, stosowane na zmianę z solankowemi, przyczyniają się bardzo do wchłaniania nacieków i wysięków stawowych, okołostawowych, pooperacyjnych i zapalnych w przewlekłych schorzeniach macicy i przydatków. Wogóle borowina należy do najważniejszych środków leczniczych ogólnych i miejscowych w chorobach kobiecych.

Źródło solankowe do picia doprowadzonej est do pawilonu wód mineralnych. Źródło to znacznie rozszerzyło i pogłębiło wskazania do leczenia w Inowrocławiu. Źródlaną wodę solankową inowrocławską stosuje się w nieżytach żołądka i kiszek, w przewlekłych sprawach zapalnych, szczególnie dnawych (artretycznych) i kobiecych, w niedomogach gruczołów dokrewnych i anemji; woda ta przyśpiesza przemianę materji i pobudza gruczoły dokrewne. Analiza źródła wykazuje poza chlorkiem sodu, sole wapniowe, magnezowe, jony potasu, litu, magnezu, jodu, bromu, żelaza i inne.

Wskazania: choroby przemiany materji. Artretyzm, podagra, otyłość, cukrzyca, przewlekłe schorzenia wątroby i przewodu pokarmowego, niedomoga gruczołów dokrewnych.

Gościec stawów i mięśni (reumatyzm), gościec zniekształcający, rwa kulszowa, (ischias) i lumbago.

Choroby kobiece — przewlekłe stany zapalne narządów kobiecych, jajowodów, jajników i przymacicza, zrosty, niepłodność, niedorozwój, zaburzenia czynnościowe i okresu przekwitania.

Choroby dzieci, słaby rozwój, skaza wysiękowa, (limfatyczna) skrofuloza, krzywica.

Choroby serca i naczyń krwionośnych, skleroza, przewlekłe zapalenia żył.

Zachorzenia dróg oddechowych: nosa i jam bocznych nosa, gardła, migdałów, oskrzeli, dychawica oskrzelowa płuc, upośledzenie lub brak powonienia, osłabienie słuchu.

Pourazowe cierpienia kości i stawów, stany po operacjach.

Choroby nerwowe, porażenia, nerwice (także nerwice serca), zapalenia nerwów i nerwobóle.

Stany osłabienia i wyczerpania, niedokrwistość, rekonwalescencja.

Przeciwwskazania: Choroby ostre, gorączkowe i zaraźliwe, gruźlica; niewyrównane wady serca, miażdżyca silnie zaawansowana, szczególnie tętnic wieńcowych, charłactwo.

Zdrojowisko jest jakby wielkiem sanatorjum. Wszystko nastawione jest dla wygody kuracjusza i zapewnia mu jak najlepsze warunki lecznicze. Ostatnio uregulowano ruch kołowy, aby zachować jak największą ciszę w zdrojowisku.

Szpital publiczny z oddziałami specjalnemi i domem izolacyjnym zapewnia wszelką pomoc w razie nagłego schorzenia lub wypadku.

Hotele, pensjonaty, wille i liczne pokoje umeblowane w domach prywatnych umożliwiają dogodny i wygodny pobyt z różnorodnością cen od droższych do tanich, zależnie od jakości i położenia.

Goście kuracyjni czują się doskonale w środowisku europejskiem jakiem jest Inowrocław.

Prowadzi się kursy djetetyczne dla właścicielek pensjonatów.

Właścicielki kuchni djetetycznych posiadają odpowiednie zaświadczenia.

Wziewalnia inowrocławska i inne urządzenia niżej wyszczególnione mieszczą się w wielkim Zakładzie Przyrodoleczniczym. Wziewalnia składa się z 3 oddziałów, urządzona jest wedle najnowszych wymagań techniki i higjeny, pozostaje pod opieką lekarza specjalisty.

Emanatorjum radowe w Inowrocławiu należy do najsilniejszych w Europie.

Dwa obszerne oddziały wodolecznicze: stosuje się kąpiele zwykłe, tlenowe, jodłowe, piankowe, półkąpiele i kąpiele częściowe (nasiadowe i inne). Natryski parowe i szkockie, biczowe, wachlarzowate, deszczowe, mgliste, grzbietowe, płaszczowe, spadowe i wstępujące (hemoroidalne).

Masaże pod wodą i zwykłe (także na innych oddz. kąpielowych).

Przepłukiwania pochwowe.

Liczne przyrządy przegrzewające całkowite oraz częściowe dla poszczególnych stawów, szafy parowe, świetlne i przegrzewania gorącem powietrzem (aparaty wedle dr. Tyrnauera).

Sale do odpoczynku i kocowań.

W oddziale elektroterapji znajdują się kąpiele elektryczne całkowite i 4-komorowe, diatermje, prądy d'Arsonvala, faradyzacja, galwanizacja i masaż wibracyjny.

Leczenie światłem: lampy kwarcowe, solux, infra-rouge (promienie podczerwone).

Kąpiele słoneczne i powietrzne z natryskami na dachu zakładu.

Leżakowanie na obszernych trawnikach w parku (zgłoszenia na leżaki u dozorców lub w kancelarji zdrojowiskowej).

Medyko-mechaniczny instytut gimnastycznych Zandera w zakładzie Ubezpieczalni Krajowej.

W Inowrocławiu ordynuje blisko 30 lekarzy, kilku dentystów, 4 apteki.

Pora leczenia i sezony. Kuracje całoroczne; sezon wiosenny od 1. IV. do 30. V., sezon główny od 1. VI. do 15. IX., sezon jesienny od 16. IX. do końca października.

Wiosna i wczesna jesień dają poza sezonem głównym najlepsze warunki do uzyskania dobrych wyników leczniczych. W sezonie głównym panuje duże ożywienie i liczne atrakcje, szczególnie na wysokim poziomie utrzymane przedstawienia teatru bydgoskiego.

Zdrojowisko służy nietylko dla chorych lecz również jako ustronie dla zdrowych i potrzebujących wypoczynku. Od czerwca do września teatr zdrojowy o bogatym repertuarze: dramat, komedja, operetka. Kilka kin. Koncerty orkiestry zdrojowej; różne imprezy specjalne i koncerty solowe. Dancingi i zabawy taneczne. Pokój towarzyski w Zakładzie Przyrodoleczniczym oraz klub towarzyski.

Wycieczki do Kruszwicy, Strzelna, Mogilna (Szlak Lechicki), do Torunia, Bydgoszczy, Gniezna oraz innych ciekawszych miejscowości organizuje Zarząd Zdrojowiska oraz P. Tow. Krajoznawcze. Wycieczki po mieście.

Doskonałe korty tenisowe w parku, na wielkim stawie okazja do wiosłowania, konkursy hippiczne oraz liczniejsze inne wielkie imprezy sportowe. W lipcu konkursy tenisowe o puhar zdrojowiska. Pokazy gimnastyczne. Wielka Strzelnica Bractwa Kurkowego blisko parku. Wędkarstwo na licznych jeziorach i rzekach (Noteć). Sporty i zawody lekkoatletyczne, łucznictwo, Aeroklub.

Iwonicz kroczy naprzód

W Iwoniczu jesteśmy dosłownie w pierwszym dniu sezonu wiosennego t. j. jak w roku bieżącym, w czasie dotkliwego zimna. Tem nie mniej zastajemy już sporą liczbę kuracjuszów, zwabionych słynną skutecznością miejscowych wód.



Iwonicz. Źródła

W krótkiej pogawędce z niestrudzonym kierownikiem zdrojowiska i jego współwłaścicielem, Bohdanem hr. Załuskim, zapytujemy o szereg spraw interesujących naszych Czytelników.

Dowiadujemy się więc od naszego uprzejmego informatora, że w Iwoniczu zaszedł w ciągu ostatniego roku szereg poważnych zmian.

Przedewszystkiem została zreorganizowanna Komisja Zdrojowa, w skład której weszli ludzie, potrafiący pozytywnie pracować dla dobra uzdrowiska i, w pełnej harmonji z właścicielami, realizować dalszy jego rozwój.

Następnie opowiada nam nasz rozmówca o szeregu inwestycyj dokonanych oraz rozpoczętych. Tak więc wyreparowano gruntownie szosę, prowadzącą przez terytorjum zakładowe do „Excelsioru“ na przestrzeni 2 km przez wieś, ułożono wielką ilość chodników betonowych z nowozałożonej własnej wytwórni, uporządkowano aleje spacerowe i zaopatrzono je w ławki. Uciążliwe podejścia pod góry zostały zniwelowane w ten sposób, że pozwalają na łatwy dostęp do wszystkich punktów.

Rzeczka Iwonicz została uregulowana, na wielkiej przestrzeni obwałowana, mosty zaś na niej gruntownie naprawione, przyczem na jednym z nich dobudowano specjalne chodniki, rozszerzając go w tym celu.

Plan regulacyjny zdrojowiska znajduje się w opracowaniu. Zdjęcia są już ukończone i obecnie urbaniści zajęci są opracowywaniem szczegółów. Wykończenia należy spodziewać się przed Nowym Rokiem.

„Mały Orzeł“, przemiły hotel zarządu, otrzymał instalację wody bieżącej zimnej, oraz gorącej, oraz gazowe ogrzewanie. To samo ogrzewanie gazowe zostało zaprowadzone w wielu zakładach, należących do zarządu.

W dziale budownictwa zakładowego na wymienienie zasługuje planowana przebudowa Domu Zdrojwego na luksusowy hotel o centralnem ogrzewaniu, wodzie bieżącej i innych zdobyczach współczesnego komfortu hotelowego.

W dziale budownictwa zdrojowego na pierwszy plan wysuwa się zamierzona budowa nowych łazienek.

W celu zwalczania kurzu zakupiony został skraplacz samochodowy, który kilka razy dziennie polewa drogi i aleje zakładowe.

W r. bież. przygrywa w Iwoniczu doskonała orkiestra 56 pp. z Krotoszyna, w sile 28 osób.

Jedna z największych bolączek naszych uzdrowisk—naganki pośredników mieszkaniowych na kuracjuszów, zdaje się być w Iwoniczu opanowana. Zorganizowało się tu bowiem Towarzystwo Właścicieli Realności, które, przy pomocy zarządu zdrojowiska, wszczęło ostrą kampanję przeciwko pladze pośredników. Sekcja mieszkaniowa nowego związku sama wynajmuje mieszkania i normuje ceny.

Budowa pięknego gmachu urzedu pocztowego jest na ukończeniu. Od lipca poczta będzie już funkcjonowała w nowym lokalu.

Na specjalną uwagę zasługuje działalność turystyczno-sportowa w Iwoniczu. Dzięki przychylnemu ustosunkowaniu sie zarządu, a w szczególności Bohdana hr. Załuskiego, rozwija się tu dobrze koło PTT, w r. ub. zaś założono przy niem sekcję narciarską. Wzięła ona na siebie, tradycyjnym wzorem PTT, obowiązek znakowania ścieżek oraz organizowania imprez i wycieczek. Członkowie koła odznaczyli się odrazu w pierwszym roku istnienia organizacji, zajmując w mistrzostwach okręgu Przemyskiego szereg doskonałych miejsc. Tak wiec w biegu otwarcia zajęli II i III miejsce, w sztafetowym II, w biegu pań I-e, w biegu juniorów III, etc. Powodzenie tak zachęciło Iwoniczan, że zaangażowali specjalnego instruktora PZN-u i noszą się z myślą powiększenia skoczni do 50 m.

Wszystko razem dowodzi wielkiej żywotności tego skutecznego i pięknie położoego uzdrowiska, obecny zaś zarząd rokuje mu trwały rozwój i dalsze zasłużone powodzenie.

Leczenie w Iwoniczu

Iwonicz, nazwany przez prof. dra Dietla księciem wód jodowych, leży na północnym stoku Karpat, spuszczającym się zwolna w dolinę Wisłoki. Wzniesiony nad poziom morza 410 m., otoczony jest dookoła górami, pokrytemi wysokopiennym lasem iglastym.

Klimat, posiadający cechy klimatu podalpejskiego, odznacza się nadzwyczajną czystością powietrza z powodu dużej ilości ozonu.

Znaczna zawartość w powietrzu iwonickiem chlorku sodowego stwarza cechy charakterystyczne klimatów górskiego, jak i morskiego, spotykane bardzo rzadki.

Zakład zdrojowo-kąpielowy połączony jest ze stacją Iwonicz, odległą o 11 klm szosą, na której utrzymane jest stałe połączenie przy pomocy samochodów, taksówek, autobusów, powozów i t. p.

W czasie sezonu letniego stacja Iwonicz posiada bezpośrednie połączenie kolejowe z Warszawą, Gdańskiem, Poznaniem, Krakowem i Lwowem.

Środki lecznicze Iwonicza stanowią:

1. Woda pięciu zdrojów iwonickich:

a) Zdrój Karola: szczawa alkaliczna słono-jodo-bromowa.

b) Zdrój Amelji: szczawa alkaliczna ad a).

Powyższe dwa zdroje należą do najznakomitszych, jakie w tym dziale balneologja przedstawia. Sławę swoją zawdzięczają głównie odpowiedniemu stosunkowi najgłówniejszych składników, które tego rodzaju wody cechują. Kwas węglowy wolny podnosi wielce smak wód iwonickich.

c) Zdrój Emmy: szczawa alkaliczna jak ad a).

d) Zdój Józefa: żelazisty.

e) Zdrój siarczany Adolfa.

2. Kąpiele mineralne całkowite i częściowo w dwóch oddzielnych zabudowaniach.

3. Kąpiele kwasowo-węglowe (sztuczne).

4. Kąpiele borowinowe ogólne i częściowe.

5. Zabiegi hydropatyczne, elektryzacja, lampy kwarcowe.

6. Kąpiele słoneczno-powietrzne (solarium).

7. Sól i ług wywarzane z wody iwonickiej służą do okładów i przestrzykiwań.

8. Muł wydobywany z dna zbiorników używany do okładów.

Ogólnie powiedzieć można, że wody iwonickie, jedne z najsilniejszych pod względem zawartości jodu, a słabe pod względem ilości soli, która to okoliczność pozwala na picie wód bez rozcieńczenia, mają działanie wybitne przy regeneracji, czyli odnowie tkanek ustroju, uszkodzonych przez chorobę.

Wielkie znaczenie ma Iwonicz w leczeniu zaburzeń na tle zwapnienia naczyń tak starczych jakoteż i następowych, jako konsekwencje przebytego zakażenia syfilisem, po wielu latach. Wreszcie w chorobach kobiecych i wogóle tam, gdzie wskazaną jest energiczna odbuwa tkanek organizmu i działanie moczopędne.

Dla przejrzystości ujmiemy wskazania w następujące grupy:

I. Choroby aparatu limfatycznego gruczołów) na tle przedewszystkiem tak zw. scrophulo-tuberkulozy u dzieci i starszych, a więc w obrzmieniu gruczołów chłonnych, szyi, pach, śródpiersia, około oskrzelowych, jamy brzusznej i pachwin.

Choroby skóry i błon śluzowych na powyższem tle powstałe.

II. Choroby kości:

a) rachitis (angielska choroba);

b) następstwa po urazach i wypadkach, jak: złamaniach, nadłamaniach, pęknięciach kości i mięśni;

c) gruźlica kości i stawów;

d) wszelkie cierpienia okostny;

e) wszelkie cierpienia szpiku kostnego;

f) wszelkie cierpienia jako następstwa dawno przebytej kiły.

III. Cierpienia narządów rodnych kobiecych.

a) miąższowe zapalenie macicy (metritis chron.);

b) wysięki pozostałe po sprawach zapalnych okołomacicznych (peri et parametritis);

c) długotrwałe zapalenie wewnątrzmaciczne (endometritis chronica);

d) zapalenie jajników (oophoritis) i torbiele jajników (cystovarium);

e) włókniaki macicy (fibroma uteri);

f) przewlekłe zapalenie sutek;

g) zaburzenia w miesiączkowaniu.

IV. Zadawnione wypociny zapalne, zwłaszcza gośćcowe i dawne (artretyzm i reumatyzm).

V. Przerosty gruczołu tarczykowego (wole), krokowego i sutek.

VI. Wzmożona przemiana podstawowa w przebiegu długotrwałych stanów tyreotoksycznych.

VII. Następstwa dawno przebytej kiły (syfilis) tak zw. III-ci okres pod rozmaitemi postaciami chorobowemi występujące, leczą się z doskonałym skutkiem, o ile leczenie zdrojowe jest dopełnieniem leczenia specyficznego, które kuracjusze bez skrępowania brać mogą.

VIII. Stany z upośledzoną czynnością wydzielniczą żołądka, z upośledzonem wydzielaniem trzustki oraz wszystkie te stany gdzie chcemy uzyskać działanie żółciopędne.

IX. Choroby systemu nerwowego:

a) chroniczne zatrucia (alkohol, nikotyna);

b) stany po ostrem zapaleniu nerwów, neuralgja nerwów kończyn górnych, dolnych, twarzy i t. p.

c) ischias (rwa kulszowa);

d) porażenia połowiczne po atakach apoplektycznych na tle sklerozy;

e) tabes;

f) rozsiane stwardnienia rdzenia i mózgu.

X. Wszelkie choroby w przemianie materji u dzieci i starszych, leczenie odtłuszczające.

XI. Nieżyty dróg oddechowych i przewodu pokarmowego.

XII. Choroby narządu moczowego, kamica nerkowa, kamica pęcherza moczowego, powiększenie gruczołu krokowego (prostata) z następowem zapaleniem pęcherza moczowego. Znaczenie w leczeniu tych chorób ma silne działanie moczopędnej wody iwonickiej.

Zakład posiada 28 domów mieszkalnych o 1.032 łóżkach z kompletną pościela; w tem 12 pięknych will, 3 hotele o 71 pokojach, jak i pensjonaty. Domy i place oświetlone są elektrycznością.

Urządzenia dotyczące rozrywek i uprzyjemnienia pobytu gości:

Orkiestra grająca dwa razy dziennie podczas picia wód na deptaku. Jazz-band grający na dancingach, imprezy teatralne oraz koncertowe, korty tenisowe czytelnia gazet, klub towarzyski, kręgielnia, rozległe spacery w parku 800 morgów wynoszącym, otaczającym dookoła cały zakład, wycieczki piesze, autami i powozami.

Z przechadzek bliższych najbardziej polecenia godne: do Bełkotki, na Glorjetkę, do Stawu oraz do pobliskich wsi jak Wólka, których ludność trudni się robotą artystycznie wykonanych rzeźb z drzewa. We wsi Iwonicz zwraca uwagę stary kościół z XVI wieku. Zakład SS. Felicjanek, gdzie wyrabiają ładne koronki.

Z dalszych przechadzek najbardziej interesującą jest do Rymanowa-Zdroju, (6 km) przez góry, z wycieczek na Cergowę (716 m nad poziom morza) nad Dukla, z której w pogodne dni widać Tatry. Kołowo do Odrzykonia Krosna, Dukli, Brzozowa, kopalń nafty i pobliskich zakładów przemysłowych.

Jaremcze



Jaremcze. Kąpielisko nad Prutem.

Podgórska stacja klimatyczna w pow. Nadwórniańskim woj. Stanisławowskiego, położona na wysokości 525 m. w głębokim jarze malowniczego Prutu, jedna z najpiękniejszych miejscowości Małopolski Wschodniej. Wokół Beskidy pokryte gęstym lasem. Stacja kol. na linji Stanisławów-Woronienka w centrum uzdrowiska. W lecie połączenia autobusowe z Nadwórną, Stanisławowem i Kołomyją. Poczta, telegraf i telefon na miejscu.

Wartość leczniczą Jaremcza stanowi jego klimat podgórski jednak łagodny, powietrze przepojone żywicą lasów, kąpiele rzeczne i słoneczne na plaży nad Prutem. Zimy słoneczne z grubą pokrywą śnieżną. Miejscowość odznacza się wybitnym ruchem sportowo-turystycznym.

Wskazania: choroby dróg oddechowych, blednica, osłabienia nerwowe, wyrównane wady serca, ozdrowiny, krzywica i powiększone gruczoły chłonne u dzieci.

Nie zaleca się wyjazdu chorym z niewyrównanemi wadami serca, z gruźlicą płuc.

Mieszkania w 40 pensjonatach i 2 hotelach, oraz zgórą 200 willach i dworkach huculskich. Łatwość aprowizacji sprzyja prowadzeniu własnego gospodarstwa domowego. Miejscowość posiada światło elektryczne, wodociągi i miejscową kanalizację w wielu willach. Wskazówek przyjezdnym udziela Komisja Klimatyczna w Jaremczu.

Uzdrowisko czynne cały rok. Główne sezony: od 1.VI. — 30.IX. i od 15.XII. — 15.III.

Jurata

Miejscowość uzdrowiskowo - wypoczynkowa na półwyspie Helu, położona od strony otwartego morza. Wielka plaża o piasku drobnoziarnistym, ciągnie się tu na przestrzeni 3 km. od strony otwartego morza i na takiej samej przestrzeni od strony zatoki Puckiej. Las sosnowy, wysokopienny.

Jurata jest miejscowością nawskroś europejską, zabudowaną szeregiem komfortowych will. Wielki hotel „Lido“, jest najkomfortowniejszym na całem wybrzeżu polskiem. W ostatnich czasach zbudowany został wielki gmach „Rodziny Urzędniczej“, na 300 osób.

W rezultacie konkursu, ogłoszonego w r. 1934 na projekt szkicowy budowli uzdrowiskowych, w r. bież. nastąpi otwarcie pierwszej z nich — fragmentu łazienek z ciepłą wodą morską, kawiarni i baru nad morzem.

W dniu 15 czerwca r. b. otwarta zostanie szosa, łącząca Juratę z magistralą gdyńską. Jednocześnie oddane zostają do użytku telefony automatyczne. Projektuje się również otwarcie **pierwszej w Polsce telekomunikacji** za pomocą radjo - aparatów.

Komunikację z Gdynią utrzymują wagony motorowe, biegnące do Gdyni 1 godz. 20 min., motorówki do Jastarni, oraz liczne pociągi.

W chwili obecnej w Juracie czynnych jest 5 pensjonatów, oprócz wspomnianego hotelu „Lido“. Kończy się budowa wielkiego basenu.

Jurata ma wyjątkowe warunki do rozwoju na jej terenach stacji leczniczo-klimatycznej. Okrążona z obu stron morzem, posiada wyjątkowo czyste powietrze, nie zawierające ani kurzu, ani bakteryj. Porośnięta wysokopiennym lasem sosnowym łączy wszystkie zalety miejscowości nadmorskiej z zaletami lasu sosnowego i jego ożywczych wpływów. Grunt na terenach Juraty jest piaszczysty, i tak przepuszczalny, że po największym deszczu w parę godzin jest w Juracie zupełnie sucho. W Juracie niema nawet komarów pomimo, iż położona jest ona w lesie. Do tego dodać należy znaczne nasłonecznienie i wyjątkowe działanie na ustrój promieni słonecznych, wielokrotnie odbijających się od powierzchni wodnej i atmosfery i dzięki temu przejawiających swe wpływy lecznicze w całej mocy.

Wielokrotne doświadczenie uczy, jak cenne są te warunki dla leczenia **schorzeń wieku dziecinnego i młodzieńszego**, wyrażających sie w obrzmieniach gruczołów, zmianach chorobowych kości o przebiegu przewlekłym i całokształtu zjawisk, znanych pod nazwą skrofułów. Od najmłodszego wieku, aż do wieku dojrzewania ustrój ludzki znajduje tu wyjątkowo sprzyjające warunki dla zwalczania wspomnianych schorzeń. Nietylko podczas miesięcy letnich, ale w ciągu całego roku Jurata, dzięki osłonie od panujących wiatrów przez wysokie wydmy piaszczyste i wysokopienny las sosnowy, nadaje się najzupełniej do leczenia klimatycznego przewlekłych schorzeń gruczołów i kości.

Dla osób w wieku dojrzałym i starszym Jurata ma wszystkie powaby letniej rezydencji nadmorskiej. Cudowne, szerokie plaże o nadzwyczajnie czystym piasku stwarzają wyjątkowe warunki do plażowania, a piaszczyste dno morskie u brzegów Bałtyku, zupełnie pozbawione kamieni i ostrego żwiru, daje doskonałe warunki kąpieli morskich.

Pobyt w Juracie, spacery nad morzem i w lesie sprzyjają lepszej przemianie materji, powodując zwiększenie się odporności ustroju na szkodliwe wpływy zewnętrzne.

Kosów k. Kołomyji

Podgórska ciepła stacja klimatyczna w woj. Stanisławowskiem. Miasteczko Kosów leży na wzniesieniu 415 m. w pięknej okolicy południowo-wschodnich Karpat, wśród bogatych lasów. Stacje kol. Kołomyja (32 km.) i Zabłotów (28 km.). Z Kołomyji połączenie autobusowe oraz powozy i auta do wynajęcia.

Jako miejscowość wysunięta znacznie na południe i osłonięta przez góry od wiatrów, Kosów ma klimat wyjątkowo łagodny, dużo słońca, wczesną wiosne i późniejszą, ciepłą i suchą jesień. Oprócz tych wartości klimatycznych Kosów jest siedzibą znanej w Europie Lecznicy dr. Tarnawskiego, położonej w przysiółku Smodna, poza miasteczkiem.

Kosów liczy około 9 tysięcy, a z wsiami okolicznemi 15 tys. mieszkańców, jest siedzibą władz powiatowych i centrum handlowem Pokucia, posiada pocztę, telegraf, telefon międzymiastowy, dwie apteki, szpital, kilku lekarzy, kościół i cerkiew gr. kat., kino, bibljotekę publiczną Związku Strzeleckiego, oświetlenie elektryczne, hotel Krakowski, kilka restauracyj i pensjonaty.

Istnieje tu Koło Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, oraz biuro informacyjne przy magistracie m. Kosowa, i Tow. Przyjaciół Huculszczyzny.

Przepiękne wycieczki do Jaworowa, Riczki, pasma „Sokulskiego“, „Pisanego Kamienia“, Żabiego, Burkutu i wzdłuż Czarnego i Białego Czeremoszu do Kut i Rumunji.

Kąpiele rzeczne w Rybnicy, kąpiele solankowe, słoneczne.

Leczone tu są choroby sercowe, oddechowe i nerwowe.

Dla reumatycznie chorych wysokoprocentowe kąpiele solankowe.

Dla rekonwalescentów idealne warunki, dużo słońca, górskie powietrze, kąpiele rzeczne i obfitość owoców.

Jedyna miejscowość w Polsce, która działa korzystnie na przewlekłe zapalenie gruczołów limfatycznych (u dzieci).

W doskonałych pensjonatach i domach, znajdzie każdy możność taniego pobytu. Pokój z całkowitem obfitem utrzymaniem kosztuje w Kosowie od 4 do 8 zł. dziennie.



Zakład d-ra Tarnawskiego

w Kosowie k. Kołomyji



Dr. Apolinary Tarnawski, twórca systemu kosowskiego

Zakład kosowski istnieje już lat 40 pod stałym kierunkiem d-ra Apolinarego Tarnawskiego, który jest jego właścicielem i założycielem.

Środki higjeniczne, jakie obecnie w lecznicy się stosuje, wyprowadzono z doświadczeń. W ten sposób powstał zespół wszystkich środków przyrodoleczniczych w najprostszej formie, bez użycia lekarstw i sztucznych metod.

Lecznica położona jest o 400 m nad poziomem morza w południowo-wschodnich Karpatach, na kresach, w sąsiedztwie Rumunji i ma wyjątkowo łagodny klimat. Warunki te sprzyjają wegetacji roślinności, a Kosów słynie z owoców i jarzyn, których zakład posiada zapas do jarskiej kuchni.

Urządzenia lecznicy są celowe i dostosowane do współczesnych wymagań.

Środki stosowane na skórę wzmacniają organizm. Wśród nich kąpielom powietrznym i słonecznym należy się pierwsze miejsce. Potem idzie leczenie wodą, ograniczone do najprostszych i najłatwiejszych zabiegów. Środkiem pomocniczym jest masowanie ciała, a szczególnie masowanie samodzielne.

Aby wszystkie te środki były skuteczne stawia się warunek: niema leczenia przyrodniczego bez zwalczania złych nałogów i przyzwyczajeń, jak tytoń, alkohol i t. p. To tak jak wyplenienie chwastów przed zasiewem.

Głównym celem lecznicy jest, aby chorzy poprawili swe zdrowie na stałe, co może nastąpić, zwłaszcza wtedy, gdy higjenę osobistą zaprowadzą w domu. Organizm bowiem, jako żywa maszyna, samodzielnie się już potem naprawia.

Słowem lecznica jest przedewszystkiem zakładem wychowawczym, rodzajem warsztatu do ćwiczenia się w higjenie osobistej.

Wszystkie te zagadnienia poruszają lekarze zakładowi w pogadankach higjenicznych.

Choroby, w których można spodziewać się pomocy w lecznicy są to wszelkie cierpienia chroniczne, jeżeli organizm jest jeszcze zdolny do odnowy. Dobre wyniki są w chorobach przemiany materji, zwłaszcza dnie (artretyźmie), otyłości, lekkiej cukrzycy, schorzeniach nerek, w cierpieniach nerwowych oraz chorobach przewodu pokarmowego i kobiecych, a nadto u rekonwalescentów i słabowitych, którzy uczą się żyć higjenicznie. Gruźlicy i chorób umysłowych zakład nie przyjmuje.

Sezon w zakładzie trwa od 1 maja do 1 listopada.

Ceny dzienne wynoszą w sezonie wiosennym i jesiennym od 11 zł. w sezonie letnim 12 — 14 zł. za wszystko razem, t. j. za utrzymanie wraz z całem leczeniem. Prócz tego stosowane są zniżone opłaty ryczałtowe.



Gimnastyka poranna odbywa się pod kierownictwem samego d-ra Apolinarego Tarnawskiego

A oto krótki zarys metody zakładu i środków w nim stosowanych:

Na pierwszem miejscu jest leczenie świeżem powietrzem, dlatego zaleca się, o ile możności, przebywać na dworze i uprawiać gimnastykę oddechową.

Drugą podstawą zdrowego życia jest umiarkowanie w jedzeniu, a przytem djeta jarska, którą uzupełnia się pokarmami surowemi ze względu na zawartość witamin, wzmacniających energję życiową. Stosuje się również kurację postem (głodówka), zawsze za zgodą chorych.

Trzecim warunkiem zdrowia jest ruch. Życie to ruch, dlatego obowiązuje ranna gimnastyka, na którą nigdy nie jest zapóźno, póki jeszcze sił starczy.

Kuty



Góra „Owidjusz“. Na pierwszym planie pensjonat „Owidjusz“.

Kuty są pięknie położonem miasteczkiem o 5.445 mieszkańcach, i stanowią obecnie jedną całość z graniczącą wsią Stare Kuty o 5.000 mieszk. Miasto położone o 10 klm od Kosowa, u stóp Karpat Wsch., na wysokości 388 m., i tuż nad granicą rumuńską, posiada b. łagodny klimat, najwięcej w roku dni słonecznych, a najmniej dżdżystych i nosi nazwę „polskiego Meranu“. Jako miejscowość letniskowa posiada szereg pensjonatów, w których ceny wahaja się w obecnym sezonie od 4 do 7 zł. dziennie oraz wiele mieszkań w domkach prywatnych, tak, że razem mieszczą obecnie Kuty do 5.000 letników. Ceny utrzymania przy własnem gospodarstwie nie przekraczają 3 zł. dziennie.

Atrakcję Kut stanowią kąpiele w Czeremoszu, rybołóstwo (pstrągi) i liczne wycieczki tak w dolinę Czeremoszu, jak na okoliczne szczyty, do Kosowa, oraz dalszych miejscowości jak Żabie (u stóp Czarnohory), Tudiów, Uścieryki, Pistyń oraz do Wyżnicy, położonej po stronie rumuńskiej, a połączonej z Kutami pięknym mostem kolejowym, wykonanym w rekordowo szybkim czasie przez nasze oddziały wojskowe. Komunikacja z Kutami przez stację Zabłotów lub Kołomyję, autobusami P. K. P.

Kuty posiadają szereg ciekawych warsztatów sztuki huculskiej, między innemi słynną pracownię ceramiczną Braci Broszkiewiczów.

Miasto i okolica słynie z dobrych owoców, znajdujących się w wielkiej obfitości.

W Krynicy
nowe inwestycje



Inż. Leon Nowotarski Dyrektor Państw. Zakładu w Krynicy

Krynica leży w pow. nowosądeckim, woj. krakowskiem, w zachodniej części Karpat, 560 — 600 m nad poz. morza, w okolicy górzystej, odznaczającej się klimatem podalpejskim, bogatej w lasy iglaste.

Sezon kąpielowy trwa przez cały rok z wyjątkiem kwietnia.

Krynica jest jednem z najstarszych zdrojowisk Polski, a wody jej znane już były w pierwszej połowie XVIII w. Zostały one oddane na użytek publiczny przed laty 136.

Już przed wojną światową Krynica wybijała się na czoło zdrojowisk polskich, osiągając w r. 1914 liczbę 9.820 kuracjuszów, wzrosła od r. 1919 w czwórnasób, osiągając przeszło 35 tysięcy rocznie. Równocześnie z rozrostem ilościowym podnosi się i poziom urządzeń, z których znaczna część już nietylko dorównywa zagranicznym, ale nawet je przewyższa.

Prócz górskiego, nader ożywczego klimatu, posiada Krynica 6 starych naturalnych źródeł i 9 wierconych na wzór Nauheimu. Większość wśród jednych i drugich stanowią szczawy wapniowo-magnezowo-sodowo-żelaziste, zawierające w ogromnej ilości bezwodnik węglowy (naturalne wody musujące) używany zarówno do picia, jak i do kąpieli mineralnych. Do picia służą: Zdrój Główny na deptaku — dokoła którego koncentruje się życie zdrojowiska; Zdrój Karola — prosta szczawa wapienna o średniej koncentracji — typ wody stołowej; Zdrój Słotwinka, zbliżony składem do Zdroju Głównego, wyróżnia się znaczniejszą ilością dwuwęglanu sodowego oraz soli baru; Zdroje Józefa i Jana — w parku zakładowym: pierwszy z nich obfituje w żelazo, drugi odznacza się małą koncentracją soli, co kwalifikuje go między innemi na wodę stołową. Najgłębszy ze zdrojów 810 m., wywiercony w r. 1914 za wskazówkami prof. geologji Rudolfa Zubera ze Lwowa jest unikatem zarówno pośród wód krynickich, jak i wogóle polskich i przez rozszerzenie wskazań leczniczych stał się jedną z głównych podwalin nowej Krynicy. Ku czci swego odkrywcy został nazwany „Zdrojem Zubera". Woda tryska zeń okresowo samorzutnie, wyrzucana wybuchami mas gazu. Jest to najsilniejsza w Europie szczawa alkaliczna, mogąca z korzyścią zastąpić słynne wody zagraniczne Vichy, Bilinu, Neuenahry, częściowo i Karlsbadu. Zawartością dwuwęglanu sodowego (18%) przewyższa trzykrotnie zdroje w Vichy. Dzięki stosunkowo znacznej ilości chlorku sodowego (powyżej 1%) należy zarazem do słabych wód solankowych. Ponadto jest „Zuber" obok Salzschlirf najsilniejszą wodą litową na kantynencie (0,17%), przewyższając znacznie wody z Elster, Kissingen i Fachingen, tak cenione w leczeniu skazy moczanowej.

W marcu 1931 r. geolog krakowski, prof. dr. Nowak natrafił w Krynicy na ślad solanki gazującej, jaką w całej Europie posiada tylko niemieckie uzdrowisko Bad Nauheim. Odkrycie to ma olbrzymie znaczenie dla Krynicy.

Ze względu na niezwykłą obfitość czynników i środków leczniczych przy całorocznym niemal sezonie wskazania są bardzo szerokie:

Choroby krwi i narządów krwiotwórczych. Blednica u dziewcząt, niedokrwistość wtórna z wyczerpaniem ogólnem i brakiem łaknienia po chorobach obłożnych, zabiegach operacyjnych, przemęczeniu fizycznem i umysłowem.

Choroby serca i naczyń. Wady organiczne (zastawkowe) całkowicie lub prawie wyrównane, niedomoga mięśnia sercowego i wczesny okres zwyrodnienia na tle przebytych chorób zakaźnych, niedokrwistości i otłuszczenia, miażdżyca (skleroza) w okresach początkowych, nerwice serca, stany zapalne na kończynach jako powikłanie żylaków.

Choroby przemiany materji i gruczołów dokrewnych. Dna (skaza moczanowa, artretyzm), cukrzyca (diabetes), krzywica (rachitis), otyłość niewielkiego stopnia. Choroba Basedowa. Zatrucia przewlekłe.

Choroby przewodu pokarmowego. Katar żołądka przewlekły z nadkwasotą, wrzody żołądka i dwunastnicy (bez krwotoków), nieżyty jelitowe ze skłonnością do biegunek, wysięki otrzewnowe i zrosty jelit pooperacyjne, nerwice ruchowe.

Choroby dróg żółciowych i wątroby. Kamica wątrobowa. Obrzęki śledziony na tle zimnicy (malarji).

Choroby dróg moczowych. Nieżyt kwaśny miedniczek nerkowych i pęcherza moczowego z kamicą nerkową i pęcherzową, przerost zapalny gruczołu krokowego.

Choroby kobiece na tle rozwojowem i czynnościowem, zaburzenia okresu pokwitania u dziewcząt, niedorozwój narządów płciowych i związana z nim niepłodność, zaburzenia i dolegliwości miesiączkowania, zaburzenia okresu przekwitania (climax), choroby narządów kobiecych na tle zapalnem, zapalenia przewlekłe śluzówki trzonu macicy szyjki i pochwy (białe upławy), zmiany zapalne przewlekłe jajowodów i jajników, nacieki zapalne w przymacicach, wysięki omacicza (perimentritis) oraz zrosty zapalne, niepłodność na tle zmian powyższych.

Choroby nerwowe. Nerwobóle, półpasiec, rwa kulszowa (ischias), migrena porażenia nerwów obwodowych, schorzenia czynnościowe, neurastenja, histerja osłabienie płciowe.

Schorzenia reumatyczne przewlekłe i zmiany zapalne kości i stawów mięśni. Zmiany pourazowe.

Przeciwwskazania do picia wód i używania kąpieli krynickich: Niewyrównane wady serca, posunięta miażdżyca tętnic, gruźlica płuc, krwotoki płucne, nowotwory złośliwe, choroby umysłowe.

Krynica posiada następujące środki i urządzenia lecznicze:

Pijalnia wód mineralnych w krytym deptaku, zimą ogrzewanym, a zbudowanym nad Zdrojem Głównym, dokąd sprowadzono osobnemi rurami zdroje Zubera, Słotwinkę, Karola. Ogrzewanie wód parą w osobnym przyrządzie i w szklankach. Wydawanie mieszanek wody Zubera z innemi, tudzież rozcieńczanie według przepisu lekarza.

Pijalnia Zdrojów Józefa i Jana w parku zakładowym.

Pijalnia Słotwinki i źródła w parku Słotwińskim.

Długotrwałe, gorące przestrzykiwania, kąpiele mineralne, kwasowęglowe, kąpiele borowinowe.

Kąpiele słoneczno-powietrzne z natryskami. Zakład roentgenowski, leczenie wzniesienne (terenowe) po ścieżkach parkowych długości 1460 m., zakład fizykalno-leczniczy, zaopatrzony we wszystkie najnowsze urządzenia tego rodzaju jak: wodolecznictwo, leczenie elektrycznością, kąpiele elektryczne: komorowe, świetlne i wannowe, diatermia, lapa kwarcowa, masaż ręczny, wibracyjny.

W roku bieżącym, jak zwykle, dokonano w dalszym ciągu szeregu prac, mających na celu dalszy rozwój zdrojowiska.

Tak więc Zdrój Karola, jako wody stołowej, został ujęty i w r. bież. rozpocznie się eksport tej wody.

Przebudowano gruntownie łazienki borowinowe i zaopatrzono je w nowe leżalnie.

Koło nowego Domu Zdrojowego wykonano plantacje z odpowiednio szeroko zakrojonem wejściem do parku. Jest nadzieja, że Krynica otrzyma pożyczkę na dokończenie Domu Zdrojowego i w takim razie jeszcze w r. bież. wykonane zostaną instalacje wewnętrzne.

Rozpoczynają się prace przy wierceniu nowego źródła na głębokości 600 m.

Wszystkie zakłady kąpielowe zostały gruntownie odświeżone.

Sieć kanalizacyjna rozbudowuje się w dalszym ciągu. Równoiegle w tem postępuje dalsze asfaltowanie ulic.

Ubiegły sezon zimowy należał pod względem frekwencji do rekordowych, Krynicę odwiedziło bowiem w tym okresie 6.000 osób. Kąpiele borowinowe czynne były do 15 marca.

Stały rozwój Krynicy, będący rezultatem niestrudzonej pracy dyr. inż. L. Nowotarskiego, stanowi chlubę polskiego zdrojownictwa.

Lubień Wielki

Historja Lubienia Wielkiego, leżącego w odległości 28 klm od Lwowa, sięga aż XIV wieku. Już wtedy zjeżdżali się do tej miejscowości przedstawiciele mieszczaństwa lwowskiego oraz kupcy ormiańscy i żydowscy. Ci pierwotni kuracjusze rozbijali namioty i w przywiezionych kotłach grzali wodę do kąpieli.

Już z końcem XVI wieku właściciele Lubienia, Wilczkowie, urządzili tu pierwsze łazienki. W r. 1778 uczony Herz pisze obszerną rozprawę o Lubieniu, a inny kronikarz swierdza, że źródła Lubienia należą do jaknajbardziej leczniczych i posiadają znacznie więcej siarki i soli od innych źródeł siarczanych.

Dopiero jednak obecni właściciele postawili Lubień Wielki na właściwym poziomie komfortu, przez co napływ kuracjuszów wzrasta z roku na rok. Niejednokrotnie przybywają tu chorzy w stanie niemal beznadziejnym i po przebytej kuracji wracają uleczeni. W księdze pamiątkowej w Zarządzie Zdrojowym znajdujemy wyrazy uznania od tysiąca uleczonych wśród których nie brak najwybitniejszych nazwisk.

Wśród zdrojowisk polskich Lubień — Zdrój należy do najcenniejszych, gdyż posiada szczególne warunki lecznicze, oraz doskonałe kwalifikacje o typie zdrojowisk europejskich. Już samo położenie, a więc bliskość Lwowa, łatwość komunikacji, (po 10 par pociągów dziennie) oraz połączenia autobusowe czynią Lubień łatwo dostępnym.

Naturalnemi środkami leczniczemi Lubienia Wielkiego są wody siarczane, najsilniejsze bodaj wody w Europie, oraz borowina doskonałej wartości i jakości leczniczej. O sile i skuteczności tych wód pisano już bardzo wiele, a największe powagi lekarskie w obszernych na ten temat dziełach przyznają wodom lubieńskim niezwykłą skuteczność, stawiając je na czele wód tego rodzaju.

Urządzenia zakładu kąpielowego, działów elektro-termo i heljoterapji Zandera, inhalatorjum, emanatorjum radowego i t. p. stoją na wysokości współczesnych wymagań, a opiekę nad kuracjuszami roztacza naczelny lekarz zdrojowy, jak również liczny personel pomocniczy lekarsko sanitarny.

Dla uprzystępnienia przeprowadzania kuracji sferom niezamożnym obniżył Zarząd Zdrojowy w roku bieżącym ceny biletów o 30%, — dla urzędników rządowych i wojskowych przyznał nadto 10% dalszego opustu.

DR. WITOLD NOWICKI, Lwów.
Prof. Uniwersytetu Jana Kazimierza.

Morszyn rozwija się stale

Wśród nieznacznych i łagodnych wzniesień Podkarpacia, obramowany zielenią lasów szpilkowych i liściastych z widokiem na łańcuch Beskidów Wschodnich, leży Morszyn, do niedawna jeszcze niedość znany i uznany polski Karlsbad, skarbiec - zdrój wśród zdrojowisk polskich.



Morszyn. Pijalnia i łazienki

Morszyn to jedyne zdrojowisko na ziemiach polskich, posiadające wody gorzkie, o którem już dawniej pisano, że jest unikatem pomiędzy pokrewnemi zdrojowiskami. Niestety, jeszcze do niedawna nie budził on tego zainteresowania, na jakie w pełni zasługuje. Dziś wiadomo, że jest to naprawdę cenna perła w wieńcu nietylko zdrojowisk polskich, ale że przewyższa on pod niejednym względem podobno, coprawda nieliczne, zdrojowiska na kontynencie europejskim.

Dzieje Morszyna są bardzo dawne. Już za Zygmunta Starego starano się utworzyć z solanki morszyńskiej salinę. Właściciele dóbr morszyńskich, Braniccy, otrzymali w roku 1538 pozwolenie królewskie na urządzenie warzelni soli z źródeł słonych, głęboko sięgających. Te źródła stały się też podstawą dla późniejszych zdrojów, nazwanych źródłami „Bonifacego", „Magdaleny", „Bronisława" i „Adama". Domieszka innych soli, których wielkiej wartości wówczas nie znano, była powodem niemożności używania morszyńskiej soli warzonej, a tem samem jej warzenia.

Dopiero niespałna 60 lat temu bo w r. 1875, Bonifacy Stiller zdaje sobie dobrze sprawę z wartości leczniczej Morszyna i zakłada we wspomnianym roku „górskie uzdrowisko klimatyczne", buduje zakład leczniczy, zastosowuje i uwzględnia szerzej leczenie powietrzem i djetą, żętycą, mlekiem, kumysem, leczenie pneumatyczne i wziewami, zimną wodą i kąpielami wszelkiego rodzaju. Morszynem zaczynają się interesować sfery lekarskie, a nawet rządowe. Namiestnictwo lwowskie wydaje na podstawie przeprowadzonych badań pozwolenie na nazwę uzdrowiska „Zdrojowisko solankowo-borowinowe", oraz na puszczenie w handel soli i borowiny morszyńskiej. Niektóre z tych przetworów figurowały w 1883 r. na wystawie nicejskiej. Nastąpiło to w roku 1880, a więc pół wieku temu.

Wroku 1881, Bonifacy Stiller zeznaje notarjalnie akt darowizny zakładu zdrojowiskowego i dóbr Morszyna Towarzystwu Lekarzy Galicyjskich, jako fundację, z której dochody przeznacza na wsparcie wdów i sierot po lekarzach. Wielkoduszny fundator, robiąc ten zapis, miał niewątpliwie na oku dobro zakładu założonego przez siebie i należyte wyzyskanie naturalnych, a tak cennych jego dóbr mineralnych. Jaki taki dalszy rozwój zdrojowiska wymagał znacznych wkładów i szeregu inwestycyj, na które nie było funduszów. Boryka się też Towarzystwo z wielkiemi trudnościami, starając się koniecznie o utrzymanie i bodaj powolne rozwijanie Morszyna, co istotnie się dzieje.

Nadchodzi rok 1914, a z nim wielka zawierucha wojenna, która nie oszczędza i jego urządzeń. To, czego dokonano z takim trudem w ostatnich latach przedwojennych, zostało doszczętnie zniszczone w tych nieszczęśliwych latach wielkiej wojny. Kiedy ucichł szczęk oręża i huk armat, Towarzystwo, jako właściciel, wchodzi w r. 1921 w porozumienie ze spółką akcyjną „Polskie Zdroje" i wydzierżawia jej zdrojowisko oraz prawo eksploatacji morszyńskich produktów leczniczych, zastrzegając w umowie wprowadzenie szeregu inwestycyj.

Następuje nowa era powojenna. Zakład zostaje doraźnie uporządkowany, a nowy dzierżawca zajmuje się przedewszystkiem eksploatacją produktów morszyńskich, jak krystalicznej soli gorzkiej, morszyńskiej wody gorzkiej i innych. Sól krystaliczna zostaje po odpowiednich badaniach fachowych znacznie ulepszona i, dzięki swym doskonałym własnościom leczniczym, wypiera stopniowo podobne produkty zagraniczne. Sam zakład z roku na rok coraz bardziej się ożywia. Równocześnie Rada Zawiadowcza Towarzystwa i jego niestrudzony prezes, prof. Rencki, doprowadza do porządku zrujnowany folwark przez postawienie wzorowych budynków gospodarczych i wprowadzenie odpowiednich meljoracyj.

W 1931 roku Towarzystwo Polskich Lekarzy b. Galicji, bo tak ono obecnie się nazywa, świadome obowiązku dbania o rozwój tej bogatej w zasoby naturalne spuścizny, z zaufaniem przekazanej mu przez Bonifacego Stillera, bierze samo w swoje ręce zarząd zdrojowiska i wprowadza znacznym kosztem szereg urządzeń. Wprowadza więc oświetlenie elektryczne, zaopatruje zdrojowisko w należytą ilość dobrej stale kontrolowanej wody użytkowej, przeprowadza kanalizację, wreszcie rozszerza łazienki przez dobudowę nowych i pomnożenie ich w dwójnasób, urządza wziewalnię (inhalatorjum), pijalnię i t. d. Zamierzone jest urządzenie basenu z plażą piaskową na kąpiele słoneczne. Piękny i rozległy park zakładowy otrzymuje nowe rozplanowanie i urządzenie kwietników według planu naczelnego ogrodnika miasta Lwowa. Urządza się deptaki dla kuracjuszów, którzy mogą nadto korzystać ze spacerów po dobrze utrzymanych lasach morszyńskich, własności Towarzystwa. W ubiegłym sezonie została poświęcona piękna kaplica zakładowa.

Kuracjusze, dotknięci skazą moczanową, otyłością, cukrzycą, schorzeniami żołądka i jelit, dróg żółciowych, przewlekłych gośćcem stawowym, chorobami serca, krwi, wreszcie chorobami kobiecemi, znajdują w Morszynie doskonałe środki lecznicze i jaknajlepsze warunki pobytu, przyjemne ze względu na jego piękne i malownicze położenie. Środki lecznicze Morszyna, to przedewszystkiem zdrój Bonifacego, ze swoją znakomitą, wysoko stężoną solanką gorzką, odpowiadającą swoim składem solankom Karlsbadu i Marienbadu, a przewyższającą je stężeniem, kąpiele solankowe, znana ze swej dobroci borowina, oraz inne kąpiele sztuczne, gazowe, igliwiowe i zabiegi wodolecznicze.

Spokojniejsze warunki miejscowe sprzyjają w Morszynie lepiej, niż gdzieindziej, racjonalnemu i systematycznemu przeprowadzeniu leczenia.

Większy napływ kuracjuszów wpłynął na wzmożenie się inicjatywy prywatnej, która zaznaczyła się budową szeregu willi i pensjonatów. Obecnie Morszyn rozporządza około tysiącem pokojów jedno i dwuosobowych w willach i pensjonatach, w części z pełnym komfortem urządzonych. Dalszy rozwój Morszyna postępuje w ostatnich dwóch latach tak szybko, że zastęp kuracjuszów powiększa się stale, a Morszyn zyskuje sobie ich uznanie dla swych wartości leczniczych.

Należy też gorącą sobie życzyć, aby to jedyne na ziemiach polskich zdrojowisko tego typu cieszyło się coraz większem uznaniem i poparciem, tak, jak zyskały już pełne uznanie produkty, wypierając z kraju podobne prokukty zagraniczne.

Niech nikt nie powie „cudze chwalicie, swego nie znacie...".

Morszyn. Kurytarz w łazienkach

Muszyna

Muszyna jest jedną z najpiękniejszych polskich miejscowości kuracyjnych.

Położona wśród pięknej, podkarpackiej okolicy, wśród wiekowych lasów, wzgórz i pól, nad brzegami trzech rzek: Popradu, Muszynki i Szczawniczki, stanowi Muszyna prawdziwą oazę zdrowia i wypoczynku, zjeżdżających tu tak dla kuracji wodami mineralnemi (szczawa żelazista), jak dla kąpieli borowinowych, rzecznych, słonecznych, etc. oraz dla pięknych spacerów, których największą atrakcję stanowi jedyny w Polsce wielki las lipowy. Sąsiedztwo z Krynicą i Żegiestowem nadają Muszynie życie i charakter europejski.

Od r. 1929 własności lecznicze Muszyny podniesione zostały przez wywiercenie nowego źródła oraz pobudowanie nowych łazienek borowinowych.

Pomieszczenie w zdrojowisku znajdują przyjezdni w 20-kilku pensjonatach, w willach i domach prywatnych. Kilka restauracyj dostarcza kuracjuszom smacznych i zdrowych posiłków po umiarkowanych cenach.

Pomoc lekarską zapewnia praktyka kilku lekarzy w sezonie oraz stała opieka lekarza Muszyny, d-ra S. Mściwujewskiego, jednego z pionierów lecznictwa w Muszynie. Apteka, urząd pocztowo-telegraficzny i inne urzędy znajdują się na miejscu. Doskonałe połączenia kolejowe z całą Polską oraz cogodzinna komunikacja autobusowa i kolejowa z Krynicą i Żegiestowem ułatwiają pobyt w Muszynie.

Zakład leczniczy posiada wodociągi, kanalizację, światło elektryczne i centralne ogrzewanie. Część pokojów zaopatrzona jest w ciepłą i zimną bieżącą wodę.

Zakład leczniczy otwarty cały rok. W zimie czynne są małe łazienki przy głównym budynku zakładowym, połączone z jego częścią mieszkalną ogrzewanemi korytarzami. Część pensjonatów i Hotel Centralny czynne są również w zimie.

Nałęczów

Nałęczów położony jest w pow. Puławskim, woj. Lubelskiego, na wyżynie 217 m. poprzecinanej malowniczemi wąwozami. Stacja kol. Nałęczów na linji Warszawa — Lublin, odległa od zdrojowiska o 3 i pół km., skąd dojazd wygodnemi powozami po dobrej szosie. Poczta, telegraf i telefon w miejscu.

Dzięki otoczeniu lasów, osłaniających Nałęczów od wiatrów, oraz przepuszczalnemu podglebiu, które wyklucza zbieranie się wód opadowych, oraz zupełnemu brakowi ośrodków przemysłowych w okolicy, ma zdrojowisko bardzo dobre warunki klimatyczne. Ponadto miejscowość rozporządza źródłami szczaw wapniowo-żelazistych, których używa się do picia i do kąpieli. Skład chemiczny wody mineralnej nałęczowskiej zbliżony jest do składu wody min. w Spaa. Borowina tutejsza zawiera również żelazo i używana jest do kąpieli i wszelkich zabiegów borowinowych.

Zakład leczniczy, położony w pięknym parku, rozporządza nowoczesnemi urządzeniami do hydroterapji z masażami podwodnemi i przemywaniem grubej kiszki oraz wydaje naturalne kąpiele żelaziste i sztuczne solankowe, kwasowęglowe, igliwiowe, tlenowe i aromatyczne; posiada dalej urządzenia do kąpieli świetlnych czterokomorowych, do franklinizacji, faradyzacji, galwanizacji, d'arsonwalizacji, masażu wibracyjnego. Lampa Bacha. Djatermja. Kąpiele słoneczno-powietrzne. Laboratorjum analityczno-lekarskie.

Wskazania: neurastenja, histerja, nerwice serca i żołądka oraz kiszek, nerwobóle, ischias, astma, początki tabesu i t. d.; cukrzyca, otyłość, choroba Basedowa, niektóre postacie artretyzmu, kamicy żółciowej i nerkowej; katary żołądka i kiszek, wada serca, skleroza, choroby kobiece, stany pochorobowe, wyczerpanie i t. p.

Nie przyjmuje się do leczenia osób chorych umysłowo, gruźlików, chorych zakaźnie i narkomanów.

W Nałęczowie ordynuje stale kilku lekarzy, na lato zjeżdża następnych kilku, dwie dentystki. Naczelnym lekarzem w Zakładzie jest dr. W. Szczepiński. Personel pielęgniarski do dyspozycji chorych. Apteka na miejscu.

Mieszkania w 150 umeblowanych, słonecznych pokojach zakładowych, poza tem w kilku pensjonatach i kilkudziesięciu willach oraz w hotelu. Zakład

Niemirów Zdrój

Zdrojowisko siarczano-borowinowe w pow. Rawskim woj. Lwowskiego leży pośród rozległych lasów iglastych na wzniesieniu 220 m. n. p. m. Najwygodniejsze połączenie kolejowe z Warszawą, Lwowem, Krakowem i Kowlem przez Rawę - Ruską (21 klm.), gdzie przy wszystkich pociągach oczekują autobusy i dorożki. Połączenie autobusowe ze Lwowem (60 km.).

Poza doskonałemi warunkami klimatycznemi posiada zdrojowisko źródła siarczano-słono-alkaliczne, obfitujące w siarkowodór i kwas węglowy, z pomiędzy których źródło „Aleksandra" dostarcza wody leczniczej do picia, inne do kąpieli. Wody siarczane Niemirowa przypominają swym składem chem. i działaniem leczniczem zdroje w Baden, Weilbach, Akwizgranie, Trenczynie i Piszczanach. Niemirów ma własne, wprost niewyczerpane pokłady wysokowartościowej borowiny, używanej do kąpieli i zabiegów na miejscu, jak też do przygotowywania skutecznych i tanich okładów borowinowych.

Zakład zdrojowo-kąpielowy rozporządza łazienkami do kąpieli siarczanych, borowinowych, kwasowęglowych, tlenowych, piankowych oraz urządzeniami do stosowania hydroterapji. Kąpiele rzeczne z plażą i słoneczno-powietrzne oraz gimnastyka lecznicza pod kierunkiem lekarza. Picie wody ze źródła „Aleksandra".

Wskazania: reumatyzm stawów i mięśni, dna, ischias, porażenia, niedowłady, następstwa po złamaniach, przewlekłe choroby kobiece, niektóre choroby skórne, zołzy.

Nie leczy się gruźlicy płuc i niewyrównanych chorób narządu krążenia.

Kilku lekarzy i apteka na miejscu.

Sezon od 10.V. do 30.IX.

Piwniczna-Zdrój

Piwniczna, piękne miasteczko, założone jeszcze w XIV w. przez Króla Kazimierza Wielkiego, położona jest nad granicą czechosłowacką na poziomie ponad 400 m. w województwie Krakowskiem, powiecie Nowosądeckim, przy linji kolejowej Nowy Sącz — Krynica, na lewym brzegu Popradu. Miasteczko otoczone jest dokoła malowniczym wieńcem gór o znacznej wysokości, zwłaszcza od strony zachodniej i północnej jak Heljaszówka (1024 m.), Wielki Rogacz (1182 m.), Radziejowa (1265 m.).

Poprad, płynący obok miasteczka w malowniczych zakrętach, tworzy wśród majestatycznych gór przepiękny przełom. Woda Popradu zawiera w sobie wielkie bogactwo części mineralnych, dlatego też i kąpiel w Popradzie ma specjalne wartości lecznicze.

Klimat Piwnicznej z powodu osłony górskiej i wielkiej ilości lasów w okolicy jest bradzo łagodny; w lecie powietrze ochładzane wstęgą Popradu, w zimie silnie nasłonecznione.

Nadzwyczajna taniość pokojów w domkach wiejskich i wszelkich produktów żywnościowych ułatwiają niezmiernie pobyt nawet mniej zamożnym osobom. Przytem niezamącona niczem swoboda zapewnia ludziom, szukającym wytchnienia, prawdziwy fizyczny i duchowy wypoczynek, kojący nerwy. A nadto zdrowe kąpiele Popradu, doskonałe plaże piaszczyste nad bystrą rzeką, rozgrzane silnemi promieniami słońca, przykuwają ludzi do siebie, tak, że przeważnie rok rocznie przyjeżdża każdy, kto doświadczył tych błogosławionych warunków dla zdrowia.

Już sama ta okoliczność, że w bliskiem sąsiedztwie Piwnicznej znajduja się ogromne bogactwa wód mineralnych jak Łomnica, Głębokie, oddalone o kilka kilometrów, jak też dalszy nieco Żegiestów i perła polskich wód Krynica, nasuwały geologom niezbite dowody, że na peryferji gminy Piwnicznej musi się znajdować również podobne bogactwo wód. Dzięki niestrudzonej energji obecnego burmistrza Jana Marciszewskiego podjęto poszukiwania za źródłami. W r. 1931 Prof. Uniw. Jag. Dr. Jan Nowak, geolog, wskazał miejsce do wierceń, które przeprowadzone w r. 1932, dały już w głębokości 70 m. obfity zbiór wody mineralnej, do kąpieli i picia. Po odkryciu źródeł wybudowano gustowne i schludne łazienki o kilkunastu wannach, które dać mogą około 150 kąpieli ciepłych dziennie.

Rozbiór chemiczny wód piwniczańskich wykazuje następujące składniki: dwuwęglan wapna (1.111), dwuwęglan żelazowy (0,032), dwuwęglan sodowy (0.371), wodny kwas węglowy ([illegible]) i inne.

Jest to szczawa alkaliczno-żelazisto-wapniowo-sodowa.

Wody piwniczańskie zawierają w bogatej ilości sole żelaziste, jak dwuwęglan żelaza, sodu i wapna, przez co są wskazane jako środki lecznicze wszelkich rodzajów anemji, leczenie stanów zapalnych, żołądkowo - jelitowych (katarów żołądka i kiszek), nadkwasoty, spraw związanych z nadmierną czynnością systemu nerwowego, wyczerpania nerwowego, przepracowania, neurastenji, histerji, choroby Basedowa.

Nadto leczyć mogą doskonale osłabienie mięśnia sercowego, zmiany po chorobach zakaźnych jak grypa, szkarlatyna, wreszcie wskazane są te wody do leczenia wad serca i wadliwej przemiany materji.

Mogą być również polecone jako przedwskazania przed nowotworami złośliwemi i chorobami zakaźnemi.

Od 15 czerwca kąpiele borowinowe.

W samem miasteczku znajduje się dość obszerny i piękny kościół rzym.-kat., położony prześlicznie od strony Popradu i toru kolejowego, w którym codziennie, a zwłaszcza w niedzielę i święta odbywają się w nabożeństwa w dogodnej dla letników porze. W miasteczku mieszka stały lekarz, a w najbliższym czasie będzie ich więcej, nadto znajduje się stała apteka. Jest również wiele sklepów zaopatrzonych we wszelkie potrzebne artykuły, są też kuchnie, wydające zdrowe obiady. W okolicy miasteczka w dogodnych miejscach jest kilka większych pensjonatów.

Warunki mieszkaniowe są doskonale, ceny bardzo przystępne. Oświetlenie okolicy elektryczne. W sezonie letnim odbywają się często w pięknej sali „Domu Ludowego" koncerty artystów i chórów, przedstawienia sceniczne i wieczorki humorystyczne.

Dla amatorów rybołóstwa są pierwszorzędne tereny. Potrzebne do tego legitymacje wydaje za opłatą Towarzystwo Miłośników Sportu Wędkowego w Nowym Sączu. Również Poprad daje możność uprawiania sportu pływackiego i kajakowego.

Cała okolica jest doskonałem miejscem do urządzania bliższych i dalszych przechadzek. Prócz wspomnianych już dalszych wycieczek turystycznych, można chodzić bez żadnego wysiłku po specjalnych ścieżkach i deptakach prowadzonych w lekkich serpentynach po pięknej górze Kicarzu, tuż nad Piwniczną, gdzie woń smreków i jodeł, rozgrzanych w słońcu działa znakomicie na płuca i nerwy, a widoki na kazręty Popradu są przepyszne.

Orłowo Morskie

Kąpielisko położone na terenie dóbr Kolibki, nad zatoką Gdańską, w pow. Morskim jest najpiękniejszą miejscowością naszego wybrzeża. Oddalone od granicy w. m. Gdańska zaledwie o 1 km., leży między Sopotami a Gdynią. Stacja kol. Orłowo, na linji Gdańsk — Gdynia. Przystanek parowców i autobusów krążących między Gdynią, Sopotami i Gdańskiem. Poczta, telegraf i telefon w miejscu.

Orłowo zawdzięcza pagórkowatemu ukształtowaniu zarówno malowniczość krajobrazu jak też łagodność klimatu, gdyż wzgórza osłaniają kąpielisko od wiatrów północnych. Jako miejscowość niezasłonięta przez półwysep helski od wielkiego morza, Orłowo, ma wodę bardziej słoną niż inne nasze kąpieliska, falę silniejszą niż w Gdyni. Plaża szeroka i czysta, wokół piękne lasy liściasto-iglaste. Wymienione wartości Orołwa jako kąpieilska i letniska w połączeniu z łatwością korzystania przez jego gości z rozrywek pobliskiej Gdyni i Sopotów usprawiedliwiają liczną frekwencję przyjezdnych.

Wskazania lecznicze: zołzy, nieżyty górnych dróg oddechowych ,osłabienia nerwowe, otyłość, skaza kwasu moczowego, skłonność do zaziębień u dzieci i młodzieży z konstytucją ociężałą, niedokrwistość i blednica.

Nie nadaje się dla chorych z niewyrównanemi wadami serca, gruźlicą płuc, zapaleniem nerek, reumatyzmem.

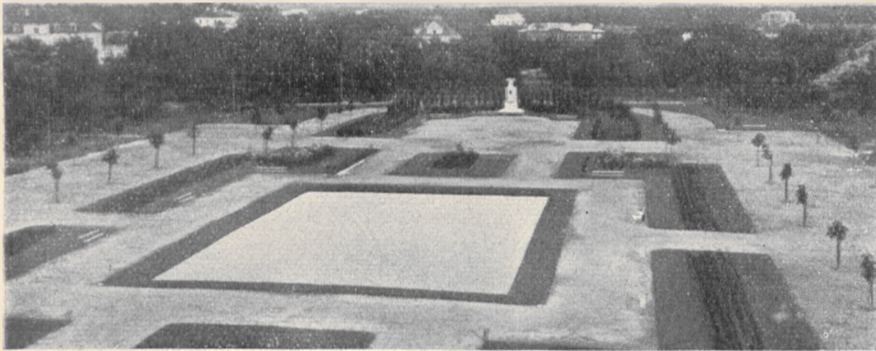
Lekarze i apteka w Gdyni.

Mieszkania w 2 hotelach, pensjonatach i co rok powiększającej się liczbie will i dworków, wreszcie w licznych izbach rybackich. Miejscowość posiada światło elektryczne na ulicach i w willach.

DR. MED. PAWEŁ MARTYSZEWSKI, Otwock.
Dyrektor Sanatorjum Przeciwgruźliczego Sejmiku Warszawskiego w Otwocku.

Otwock
jako uzdrowisko

Przed sześćdziesięciu laty dwaj lekarze niemieccy Brehmer i Dettweiler opracowali szczegółowo klimatyczne leczenie suchot płucnych, wprowadzając, jako główny postulat jaknajdłuższe przebywanie chorych w możliwie najczystszem i najsuchszem powietrzu, w miejscowościach osłoniętych od wiatrów, w oddali od większych osiedli, wśród lasów iglastych, na pewnem wzniesieniu nad poziom morza. Od tego czasu zasada leczenia klimatycznego jest na całym świecie stosowana.



Otwock. Park przed Kasynem

Rozwinęła się ona szczególniej w miejscowościach wyżej nad poziomem morza położonych t. zn. w podgórskich i górskich stacjach klimatycznych. Poza górami rozwinęło się lecznictwo w klimacie łagodnym południowym. W ten sposób rozkwitły Riviery, wybrzeża Dalmatyńskie, Capri, Krym, a dla ludzi bardzo zamożnych również Egipt służy jako miejscowość lecznicza chorób płucnych.

W miarę rozpowszechniania się tej metody leczniczej i zyskiwania przez nią coraz większej popularności napotkano pewne trudności w jej stosowaniu przedewszystkiem natury finansowej, a następnie i lekarskiej. Wyjazdy w dalekie góry, a szczególnie zaś nad jeszcze dalsze morze, na południe dostępne były tylko dla ludzi więcej niż średnio zamożnych. Cała olbrzymia masa niezamożnego odłamu społeczeństwa, będąca jednocześnie głównem siedliskiem cierpień płucnych, a przedewszystkiem suchot, nie mogła sobie na tego rodzaju leczenie pozwolić; z biegiem lat i wzrastającego doświadczenia lekarskiego przekonano się dosadnie, iż bynajmniej nie wszystkie postacie suchot płucnych i nie we wszystkich okresach nadają się do leczenia wysokogórskiego i że leczenie południowym klimatem tylko wówczas jest celowe, jeśli może odpowiednio długo trwać, t. zn. jeśli nie można przeciągnąć nie na miesiące, a na lata całe, bowiem w przeciwnym razie powrót z południa do kraju dzięki gwałtownej zmianie warunków klimatycznych pogarsza stan zdrowia, powodując nieraz gwałtowny, niczem już niepowstrzymany rozwój cierpienia.

Musiano się więc zastanowić nad tem, czy nie dałoby sę leczyć skutecznie chorób płucnych, a w pierwszym rzędzie najczęstszego z tych cierpień — gruźlicy płuc w klimacie swojskim, nizinnym. Doświadczenie długoletnie zarówno nasze, jak i w innych krajach wyraźnie wykazało, iż w klimacie nizinnym dają się osiągnąć w odpowiednich warunkach wyniki lecznicze niczem nieustępujące tym, jakie dotąd obserwowano po leczeniu wysokogórskiem i południowem. Wysunięto nawet tezę „Lecz się we własnym klimacie". Wychodząc z tego założenia lekarz warszawski, Teodor Dunin, przed laty trzydziestu przystąpił do zbierania funduszów na budowę sanatorjum pod Warszawą i doprowadził do wybudowania zakładu leczniczego w Rudce pod Mrozami. Wyniki osiągane na nizinach nie różniły się niczem od górskich i południowych. Trzeba jednak wyraźnie zaznaczyć, iż bynajmniej nie każda miejscowość nizinna odpowiada warunkom, jakich wymagamy dla leczenia klimatycznego: położenie zdala od ośrodków wielkich skupień ludzkich i fabryk, na dużej przestrzeni gęste pokrycie lasem iglastym, grunt łatwo przepuszczalny dla opadów i zabezpieczenie przed wiatrami. Wszystkim tym warunkom idealnie odpowiada Otwock i jego najbliższe okolice.

Położonym na prawym brzegu Wisły, w odległości 25 kilometrów od granic stolicy, Otwock jest dość odległy od wielkiego miasta, by powietrze w nim nie było zanieczyszczone kurzem miejskim i dymem, a jednocześnie jest dostatecznie blisko położony od Warszawy, by komunikacja z nim była łatwa i tania. Olbrzymie tereny leśne, sięgające setek km. kw. dookoła Otwocka, a w samym Otwocku na 1100 hektarów ogólnej powierzchni zajmujące 1000 ha, sów otwockich, posiada szczególne właściwości, korzystnie wpływające na cierpienia dróg oddechowych.

Poza lasami, drugim czynnikiem, mającym pierwszorzędne znaczenie dla leczenia klimatycznego, jest przepuszczalność gleby. Każdy, kto był w Otwocku przez czas jakiś, musi objektywnie zupełnie stwierdzić, że przesiąkalność gruntu jest tu nadzwyczajna. Już w kilka godzin po największych ulewach wody nie widać, a w 24 do 48 godzin po kilku dniach słoty ziemia jest już sucha. Powyższe fakty będą zupełnie zrozumiałe, jeśli spojrzymy na przekrój geologiczny gleby otwockiej, gdzie widzimy olbrzymie, sięgające 20 mtr. pokłady średnio i drobnoziarnistego piasku, a poziom wody jest dopiero na głębokości 9,6 mtr. W powiecie Warszawskim przeważna, naogół obszar nizin podmokłych. Jedynie na prawym brzegu Wisły mamy kilka pasm wydm piaszczystych, należących do okresu końcowego, a powstałych pod wpływem silnych wiatrów zachodnich. Na jednej z kich wydm prawego brzegu Wisły, która dzięki zalesieniu nie ma charakteru piasków lotnych, położony jest właśnie Otwock.

Dla przyszłości Otwocka, obok racjonalnej zabudowy i ochrony drzewostanu, sprawą niemniej ważną jest ochrona gleby, która przez zanieczyszczenie może utracić w przyszłości swoje własności przepuszczalne, tak nadzwyczajnie cenne. Wiąże się to z koniecznością należytego ujęcia sprawy asenizacyjnej w uzdrowisku. Zagadnienia te są niepomiernej wagi już nietylko dla Otwocka samego, ale również i dla obok położonej stolicy państwa, szczególniej potrzebującej w pobliżu swojem miejscowości klimatycznej, a to z powodu wielkiej ilości chorych płucnych wśród jej ludności.

Dla dobra więc ludności dużej połaci kraju ze stolicą na czele jest konieczne wydzielenie w osobną jednostkę administracyjno-gospodarczą wszystkich miejscowości, położonych na prawym brzegu Wisły od Radości do Śródborowa włącznie, mających i mogących mieć nadal charakter wybitnie uzdrowiskowy i nadanie tym miejscowościom charakteru specjalnego w rodzaju Parku Narodowego o racjonalnym planie rozbudowy, ochronie drzewostanu i gleby. Jeśli obecnie lub najbliższej przyszłości nie zostanie to uczynione, przyszłe pokolenia zupełnie słusznie będą mogły mieć żal do nas, żeśmy tego skarbu, jakim obdarzyła nas przyroda, dając w najbliższej okolicy stolicy tak wspaniałe uzdrowisko klimatyczne, nie potrafili odpowiednio wykorzystać i zachować w należytym stanie dla naszych następców.

Na zakończenie nie mogę nie wspomnieć o tych lekarzach-obywatelach, którzy w swoim czasie ocenili wartości lecznicze Otwocka i byli pierwszymi pionierami Otwocka jako stacji klimatycznej. Mam tu na myśli działalność dr. Józefa Geislera, dr. Władysława Wrońskiego i dr. Władysława Czaplickiego.

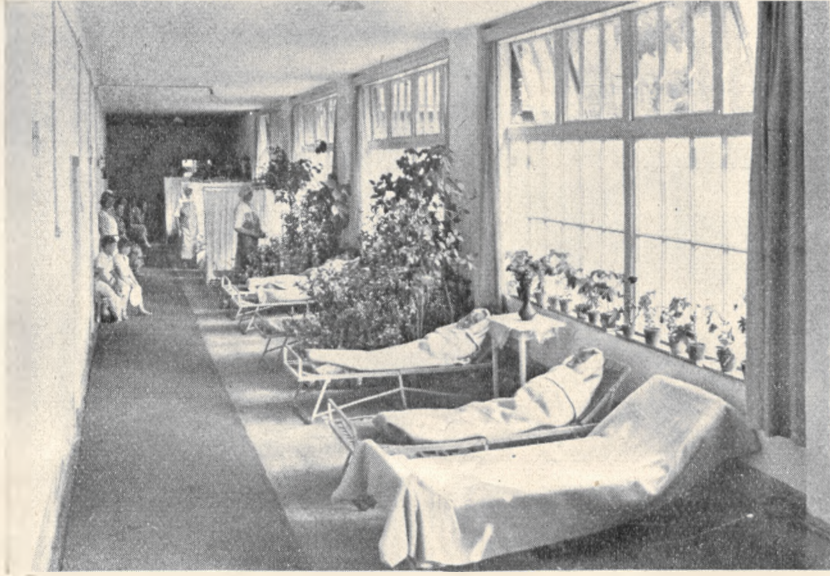
Dziś sławę Otwocka, jako jedynej w swoim rodzaju stacji klimatycznej w Polsce niosą po kraju tysiączne rzesze chorych, które odzyskały tu zdrowie, lub osiągnęły dużą poprawę zdrowia w miejscowych zakładach leczniczych.

Rabka rozszerza urządzenia

Rabka leży w pow. makowskim, woj. krakowskiem w Karpatach, na słonecznem płaskowzgórzu, o wzniesieniu 520 — 540 m. nad poz. morza. Położona pięknie wśród wysokich gór i gęstych lasów iglastych, posiada orzeźwiający klimat podgórski o suchem powietrzu, średnio wilgotnem, zupełnie wolnem od kurzu.

Łazienki rabaczańskie urządzone są według ostatnich wymagań i wzorów racjonalnej balneologji. Podobnie też urządzony jest i zakład elektroterapeutyczny, zakład Zandera i inhalatorja.

Wskazania: Choroby konstytucjonalne dzieci i młodzieży, krzywica, skaza wysiękowa, skaza limfatyczna i neurologiczna, niedorozwój, niedokrwistość.



Rabka. Leżalnia w Zakładzie

Zdrojowisko otwarte cały rok. Frekwencja kuracjuszów dochodzi do 22.000 osób.

Rabka zawdzięcza swe wybitne stanowisko u rzedzie zdrojowisk krajowych dwu czynnikom leczniczym: źródłem solankowym, jodobromowym i górskiemu położeniu klimatycznemu. Ten zespół dwu czynników, szczególnie w wieku dziecięcym, wyrobił Rabce zasłużoną opinję ideanlego zdrojowiska dla dzieci.

Źródeł mineralnych, solanki, jod i brom zawiarających posiada Rabka 12. Źródło „Kazimierz" zawiera lit. W sąsiedztwie łazienek znajdują się cztery zbiorniki podziemne na solankę, mieszczące około 6.000 kąpieli zapasowych.

Solanki mineralne Rabki zawierają największą w Europie zawartość jodu i bromu.

W każdej kabince znajduje się wanna duża, średnia i mała, celem ewentualnego, równoczesnego kąpania się rodziny. Poza kąpielami solankowemi istnieje dla kąpieli gazowanych sztucznie, kabina dla kąpieli solankowo - błotnych (borowinowych), zakład hydropatyczny, gimnastyka lecznicza.

zołzy: schorzenia błon śluzowych spojówek, nosa, gardła, tchawicy, oskrzeli, gruczołów obwodowych i wewnętrznych, stawów, kości, błon surowiczych; następstwa chorób zapalnych ostrych: płuc, opłucnej, otrzewnej, stawów, układu nerwowego i t. p.

U dorosłych wskazania analogiczne, pozatem choroby przemiany materji, artretyzm, otyłość, miażdżyca miernego stopnia rekonwalescencja, wyczerpanie i t. p.; choroby kobiece: stany zapalne i powysiekowe.

Przeciwwskazanja: Gruźlica płuc, choroby nerek, poważna wada serca.

W r. bież. rozszerzono znacznie inhalatorjum, nadając mu przelotność z 700 do $2^{1}/_{2}$ tysiąca zabiegów dziennie.

Rozszerza się również elektrownia, a nowy wielki motor dieslowski pozwoli nawet na oświetlenie Chabówki i domów, położonych po drugiej stronie Raby.

Dokonano również paważnych inwestycyj na drogach, które Komisja Zdrojowa przejęła od zarządu powiatowego i doprowadziła do dobrego stanu. Wykończono m. in. odcinek prowadzący do stacji kolejowej na przestrzeni 2,5 km. i ułożono znaczną ilość nowych chodników.

W dziedzinie kanalizacji ułożono dalsze 2 km. przewodów, tak, że pozostała już tylko niewielka ilość do zupełnego skanalizowania całego uzdrowiska.

Wielka ilość nowych kwietników i trawników oraz wzorowa rabezańska czystość mile uderzają nowoprzybywacego.

Zakład d-ra J. Olszewskiego

Jest to jeden z najpiękniejszych rabczańskich zakładów leczniczo-wychowawczych, w którym punkt ciężkości położony jest na lecznictwie młodocianych uczniów, jednocześnie pobierających naukę w zakresie szkoły powszechnej.

Wielkie przestronne sale szkolne, sypialnie i jadalnie, piękne nowoczesne ubikacje łazienkowe, jasne i przestronne kurytarze — jednem słowem ostatni komfort. Zakład nie przypomina, pomimo wszystko, ani sanatorjum, ani szkoły. Raczej wykwintny pensjonat, tonący w powodzi kwiatów i zbudowany na przestrzeni, pozwalającej na uprawianie gier i sportów.

Dzieci od lat 6 przebywają tu w ilości 40 do 50, lecząc się i pobierając jednocześnie naukę. W ten sposób został rozwiązany problemat kształcenia dzieci, wymagających jednoczesnego leczenia.

Doskonała rodzicielska opieka właściciela, zamiłowanego pedjatry i pedagoga, niskie ceny, od 6 zł. za wszystkie świadczenia, a nadewszystko doskonałe rezultaty osiągane oddawna, postawiły zakład d-ra J. Olszewskiego na wysokim poziomie, i nadały mu zasłużoną markę.

Rymanów—Zdrój

Zdrojowisko w pow. Sanockim woj. Lwowskiego, położone w dolinie rzeczki Taby, wśród Karpat, pokrytych lasami iglastemi. Wzniesienie 399 m. Stacja kol. Rymanów na linji Stróże — Nowy Zagórz, oddalona o 10 klm. od zdrojowiska. Wygodny dojazd autobusami. Poczta, telegraf i telefon w miejscu.

Klimat Rymanowa Zdroju podgórski i leśny ma dużą wartość leczniczą. Zdrojowisko rozporządza źródłami szczaw alkaliczno-słonych, zawierających jod i brom. Główne zdroje rymanowskie to „Tytus", „Klaudja" i „Celestyna". Wody tutejsze stosowane są do picia i do kąpieli i działają nie gorzej od wód w Bad Hall, Heilbrunn i Wildegg. Wody ze zdrojów „Klaudja" i „Celestyna" odpowiednio mieszane dają wodę podobną do Vichy.

Zakład kąpielowy rymanowski ma piękne, nowocześnie urządzone łazienki o kilkudziesięciu kabinach z wannami dla dorosłych i dzieci. Kilka pijalni wód, boiska dla gimnastyki ortopedycznej i zwykłej.

Wskazania: zołzy i skazy zołzowa i wysiękowa z powstałemi na tem tle nieżytami dróg oddechowych i chorobami skóry, nieżyty żołądka, jelit, dróg żół-



Rymanów-Zdrój. Zakład

ciowych, przewlekły reumatyzm, zgrubienia po złamaniach i zapaleniach, pozostałości po zapaleniach opon mózgowo-rdzeniowych, po chorobie Heine-Medina, neuralgje, schorzenia kobiece.

Nie zaleca się kuracji w Rymanowie Zdroju przy przewlekłych zapaleniach nerek i gruźlicy rozpadowej płuc.

Miejscowość ma kilka stałych lekarzy, w sezonie kilkunastu. Apteka w miejscu.

Mieszkania są przedewszystkiem w pensjonatach zakładowych, które tak jak i zabudowania łazienne zakładu, rozplanowane są w dużym parku i lesie zakładowym, w pobliżu źródeł. Pozatem liczne pensjonaty prywatne, pokoje i mieszkania w willach i dworkach.

W obecnym sezonie dokonano licznych remontów tak w samym zakładzie, jak w willach zakładowych. Do najważniejszych z pośród nich należy przeprowadzenie elektryczności, kanalizacji i sieci wodociągowej.

Do liczby will zakładowych przeszedł w r. b. piękny pensjonat „Gozdawa", nabyty ostanio przez Zarząd.

W r. ub. frekwencja Rymanowa wzrosła o 20%, co należy przypisać w przeważnej mierze doskonałemu działaniu miejscowej borowiny.

Rozwój Rymanowa trwa bez ustanku.

Rytro

Letnisko — w pow. Nowosądeckim, woj. krakowskiem. Leży malowniczo nad Popradem i jego dopływem Roztoką wśród gór, lasów iglastych i liściastych na wysok. przeszło 340 m. nad poz. morza. Dotychczasowa frekwencja — około 2.000 osób w sezonie. Rytro jest ulubionem miejscem pod obozy. Jest tutaj źródło siarczano-zielaziste. Lekarz na miejscu. Apteka w Piwnicznej lub Starym Sączu. Mieszkania w pensjonatach o 220 pokojach razem, lub w domach włościańskich. Park nad Popradem w lasku sosnowym, tenis, częściowe oświetlenie elektryczne. Poza kąpielami w Popradzie okolica obfituje w godne zwiedzenia miejsca, jak: Góra Zamkowa panująca nad Rytrem, posiadająca na szczycie ciekawe ruiny, — pozatem malownicze doliny Wielkiej i Małej Roztoki. Wycieczki na szczyty górskie: Wielki Rogacz (1180 m.), Makowica (950 m.) i in., pozatem w Pieniny i wycieczki do Nowego Sącza (zamek król. z XIV w., starożytne kościoły w stylu gotyckim) i do innych zdrojowisk: Krynicy, Żegiestowa, Szczawnicy, Muszyny, Piwnicznej i t. p.

Kościół, stacja kolejowa i urząd pocztowo-telegraficzny na miejscu. Postoje wszystkich pociągów osobowych i pośpiesznych.

Szczyrk

W południowej części powiatu Bialskiego, woj. Krakowskiego, wśród kotlin, wyrw i szczyrku rzeki Żylicy, dopływu Soły, na stokach Beskidów Zachodnich —rozsiadła się malownicza miejscowość, która od swego położenia przybrała nazwę „Szczyrk", i od kilku lat uznana została jako znakomita miejscowość klimatyczna i wypoczynkowa.

Rozciągając się w górę, wzdłuż rwącej rzeki Żylicy, graniczy od południa z pow. Żywieckim, od zachodu z Wisłą, zamknięty od północy szczytami gór Magóry (1000 m), i Klimczoka (1100 m), położony na wysokości 500—600 m. otoczony wzgórzami i górami Beskidów Zachodnich, o niezbyt ostrym klimacie, ozdobiony zielenią i czarodziejską szachownicą pól, o wielkiej mocy słońca, wolny od nadmiernych opadów i nagłych zmian atmosferycznych, tworzy tak w lecie, jak zimową porą przepiękną naturalną miejscowość, odpowiadającą wszelkim wymaganiom klimatyki.

Szczyrk jest również znakomitym punktem wycieczek na okalające szczyty, jak Beskid, Klimczok, Skalite i Skrzyczne (1250 m), skąd roztaoczają się niezapomniane widoki na Beskidy Śląskie ze swą królową, Baranią Górą, na Pilsko, Babią Górę aż hen po Tatry.

Porą zimową przyjeżdżają prócz szukających odpoczynku, w znacznej części sportowcy, uprawiający narciarstwo i saneczkowanie. Przez całą zimę są na miejscu prowadzone szkoły narciarskie dla dzieci, początkujących i dla zaawansowanych. Stoki okoliczne posiadają doskonałe tereny zjazdowe i nadają się najlepiej na racjonalne ćwiczenia i zjazdy.

W ostatnich czasach na granicy Szczyrk — Wisła wybudowano schronisko „Biały Krzyż", w którem Polskie Tow. Tatrzańskie otworzyło własną stację dla turystów.

Nowa organizacja wynajmu mieszkań dla kuracjuszów

W Krakowie powstała ostatnio placówka „ITUR" Biuro dla spraw turystyki, zdrojowisk, uzdrowisk i letnisk, które zorganizowało już na sezon bieżący wzorową kartotekę informacyjną i wynajmu mieszkań dla letników i kuracjuszów. Akcja ta polega na tem, że we wszystkich oddziałach „Orbisu" wyłożone będą albumy, zawierające dokładny opis naszych zdrojowisk, uzdrowisk i letnisk oraz opisy wraz z fotografjami poszczególnych pensjonatów i mieszkań letniskowych. Mieszkańcy tych 17 miast, w których wyłożone będą kartoteki, mogą bezpłatnie korzystać z całego materjału informacyjnego zawartego w kartotece, a za drobną opłatą mogą dokonać efektywnie wynajęcia, czy to pokoju w pensjonacie, czy też mieszkania dla rodziny.

Akcja ta posiada dużą wartość dlatego, że istotnie przed sezonem letnim biedzi się większość mieszkańców miast nad tem, dokąd wyjechać, jak przeprowadzić technicznie nietylko wybór miejscowości, ale wybór samego objektu mieszkaniowego łącznie z efektywnem wynajęciem.

Tej trosce zapobiega w dużej mierze akcja kartotekowa „ITURU". Na sezon bieżący jest ona, rozumie się, zaczątkiem nie dającym jeszcze pełnego obrazu naszych zdrojowisk, uzdrowisk i letnisk, jednakże w przyszłości, po odpowiedniem rozwinięciu tej akcji, powinno to zacieśnić luźny dotychczas kontakt istniejący pomiędzy zdrojowiskami, uzdrowiskami i letniskami, a mieszkańcami miast pragnących na sezon wyjechać.

Wyłożenie kartotek w „Orbisach" nastąpi dn. 1 czerwca b. r.

(K.)

Solec-Zdrój



Solec-Zdrój. Łazienki

Na południowym stoku wyżyny Nidy, zdrowo i malowniczo położona miejscowość, zasłonięta od północnych wiatrów wzgórzami porośniętemi lasem, z których roztacza się rozległy widok na doliny Wisły i Tatry.

Klimat suchy i leśny, grunt całkowicie przepuszczalny, starannie utrzymane i bogato zadrzewione parki oraz 300 morgów lasu sosnowego w obrębie zakładu czynią z Solca idealne miejsce kuracji i wypoczynku.

Niezwykła skuteczność lecznicza Solca znana jest w świecie lekarskim zgóra od 100 lat i charakteryzuje ją profesor Dietl w swej rozprawie o tym zdroju z roku 1858-ego, którą kończy temi słowy: „We wszystkich ciężkich i uporczywych wypadkach dowiódł Solec takiej skuteczności, iż pod tym względem możemy się obejść bez każdego innego zagranicznego zdroju, a nawet śmiało wyrzec nie wahamy się, iż czego Solec nie jest w stanie dokazać, tego tem bardziej nie dokaże inne źródło".

Najsilniejsza w Europie woda mineralna siarczano-słona stosowana do kąpieli i picia. Pod względem zawartości soli kuchennej (NaCl) i siarkowodoru (H_2S) i ogólnej sumy składników stałych góruje ona nad wszystkiemi pokrewnemi wodami w Europie.

Kąpiele mułowe ogólne i częściowe w nowo skonstruowanych, wygodnych fasonach oraz okłady mułowe wilgotne i suche, kąpiele kwasowęglowe, tlenowe, igliwiowe, elektro i fototerapja, masaże i gimnastyka lecznicza.

Piękne żelazo-betonowe łazienki, odbudowane po pożarze w roku 1921 i rozszerzone w bieżącym roku przez oddanie do użytku nowego skrzydła dla kąpieli mułowych, stawiają Solec w szeregu nowoczesnych uzdrowisk. Ulepszony system czerpania wody mineralnej oraz nowy sposób przyrządzenia kąpieli mułowych zapewniają sprawność wydawania wszelkich zabiegów leczniczych.

Dwa razy dziennie koncert symfonicznego zespołu pierwszorzędnych muzyków oraz wieczorem radjo w parku zdrojowym. Dancingi i reuniony, występy teatrów i koncerty w obszernej sali balowej i teatralnej. Czytelnia gazet i pism. Wypożyczalnia książek. Bridge. Tenis. Krokiet. Zabawy ogrodowe. Zbiorowe wycieczki do historycznych i ciekawych miejscowości (Wiślica, Mościce i t. p.)). Dalekie spacery wśród łanów zboża i łąk lub wycieczki „na ryby" do Wisły odległej o 5 km, podwieczorki i zabawy w lesie, plażowanie w słońcu i t. d. stanowią to, co może dać niczem nie skrępowana swoboda wiejska, jakże cenna dla mieszkańców wielkiego miasta.

Wskazania lecznicze stanowią:

Wszelkie postacie chorób stawów (reumatyzm stawowy podostry i przewlekły), reumatyzm mięśniowy, zapalenia nerwów i newralgje (ischias), wadliwa przemiana materji (artretyzm, otyłość, przewlekłe cierpienia wątroby), choroby dzieci (zołzy, krzywica, skaza limfatyczna i wysiękowa), obrzęki i zgrubienia po złamaniach i zwichnięciach, stany po zapaleniu żył, wrzody goleniowe i tabes, przewlekłe choroby kobiece, niektóre choroby skórne (łuszczyca, czyraczność, egzema, świąd i inne).

Ponadto dzięki swym walorom klimatycznym jest Solec świetnem miejscem wypoczynkowem dla rekonwalescentów i ludzi zmęczonych życiem miejskiem i całoroczną pracą.

Jako przeciwskazania następują:

Gruźlica płuc, niewyrównane wady serca, silnie zaawansowana skleroza, ostre gorączkowe choroby, skłonność do krwotoków, stan anemiczny wysokiego stopnia i wyniszczenia nowotworowe.

Dojazd przez stacje kolejowe Kielce, Szczucin koło Tarnowa i Tarnów, skąd kursują autobusy wprost do Zakładu. Przyjeżdżający do Solca należy zgłosić się do kantoru wynajmu mieszkań w Hotelu Zakładowym, gdzie można zasięgnąć szczegółowych informacyj.

Szkło-Zdrój



Szkło-Zdrój. Źródło siarczane

Wieś w pow. Jaworowskim, woj. Lwowskiem, położona na wysokości 260 m. nad poz. morza w okolicy piaszczystej, nad rzeką Szkłem.

Powietrze zdrowe, suche przepojone żywicą z niedalekich lasów iglastych. Teren suchy o glebie przepuszczalnej, obficie zadrzewiony lipami.

Środki lecznicze: kąpiele siarczane i borowinowe, skuteczne na wszelkie reumatyzmy, tak stawowe, jak mięśniowe, podostre i przewlekłe, dna (artretyzm), nerwobóle nerwu kulszowego (ischias), obrzęki i zgrubienia po złamaniach i zwichnięciach, choroby kobiece, choroby skórne, porażenia, niedowłady, kiła w stadjum trzechrzędnem, zatrucia metalami, skrofuły.

Woda dwu źródeł siarczanych, znajdująca się na terenie zdrojowiska, zawiera dużo siarko-wodoru i siarkanów potasu, wapna i magnu.

Źródło, stanowiące własność rządową, zaliczone jest do najobfitszych źródeł mineralnych w Europie, gdyż wydajność jego sięga około 7.000.000 litrów na dobę i posiada olbrzymią ilość składników mineralnych. Oprócz źródła posiada Szkło jezioro, w którem od wieków nagromadziła się duża ilość osadu siarkanów, i które, jako leczniczy muł siarczany, przedstawia nieocenioną wartość.

Pozostałe źródło stanowi własność Kasy Chorych m. Lwowa, która posiada własną lecznicę dla swych członków, prowadzoną przez lekarzy specjalistów. Z urządzeń tej lecznicy może każdy korzystać za opłatą po cenie własnych kosztów. Lekarz i apteka (zakładowa) na miejscu.

Przeciwwskazania: Pobytu w Szkle nie zaleca się chorym na gruźlicę.

Rząd opracował plan rozbudowy tego zdrojowiska według wszelkich wymagań techniki europejskiej i przystąpił do zrealizowania go. Szkło stanie wkrótce pod względem rozwoju i leczniczym w rzędzie najpoważniejszych zdrojowisk.

Wieniec-Zdrój

Wieniec, położony wśród olbrzymich lasów państwowych w pow. Włocławskim, woj. Warszawskiego i oddalony zaledwie o 4 km. od miasta Włocławka, posiada wszystkie warunki uzdrowiskowe i klimatyczne.

Stacja kolejowa Włocławek na linji Warszawa — Toruń, odległa jest od zdrojowiska o 4,5 km. i połączona z niem dogodną komunikacją autobusową.

Lasy dają dobrą osłonę przed wiatrami. Gleba piaszczysta, warstwa przepuszczalnego piasku dosięga 17 m., skutkiem czego nawet po ulewnym deszczu niema tu błota.

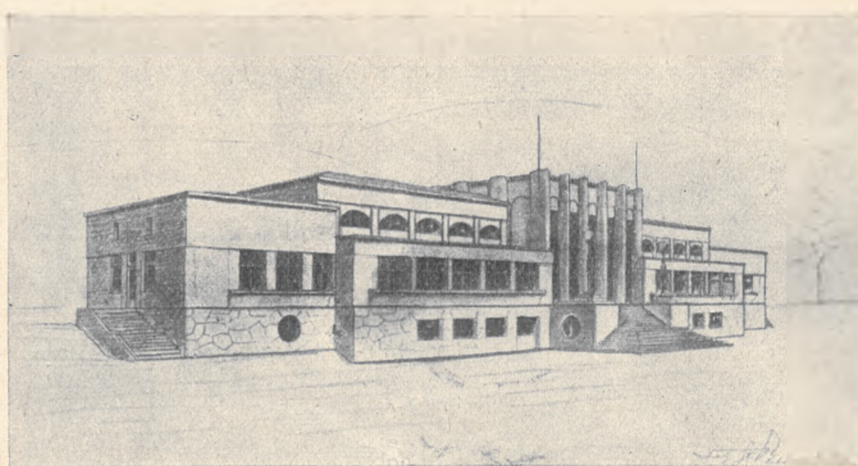
Naturalnemi środkami leczniczemi w zdrojowisku „Wieniec" są wody siarczano-wapienne, podobne do wód Lubienia oraz do zagranicznych zdrojów w Piszczanach i Trenczynie, nadające się do kąpieli, pozatem balsamiczne powietrze lasów sosnowych i bezwzględna, niczem niezamącona cisza.

Zakład wydaje kępiele siarczano-wapienne z dużą zawartością wolnego siarkowodoru. Wskazania dla leczenia stanowią choroby mięśni i stawów na podłożu reumatycznem i podagrycznem, newralgje, zwłaszcza rwa kulszowa (ischias), zapalenie żył, zapalenie części rodnych u kobiet, choroby skóry i kosmetyka skóry. Ciepłota kąpieli, czas trwania jako też ich częstość zależą od stanu serca i sił chorego, dlatego muszą być przepisane przez lekarza. Chorzy na nerki i z wadami serca nie mogą leczyć się kąpielami siarczano-wapiennemi.

Zdrojowisko „Wieniec" jest w stanie ciągłego rozwoju. Wprawdzie już przed wojną źródła wienieckie były znane, ale nie było tu żadnego zorganizowanego zdrojowiska. Dopiero w r. 1922 grono osób, przeważnie z inteligencji włocławskiej, zawiązało spółkę, która wydzierżawiła tereny od Dyrekcji Lasów Państwowych i przystąpiła do stworzenia zdrojowiska; od roku 1928 do Spółki należy również miasto Włocławek i Sejmik Powiatowy Włocławski.

DR. STAN. LASKOWSKI.

Szczawnica otrzymuje nowe urządzenia



Szczawnica. Nowe inhalatorjum

Zdrojowisko Szczawnica, wskutek fatalnej gospodarki władz zaborczych, przed odzyskaniem niepodległości Polski, nie mogło się należycie rozwijać. Utrzymanie się w tych warunkach zdrojowiska i jego rozkwit, należy raczej przypisać jego nadzwyczajnym walorom leczniczym. Jasno przedstawia się sprawa Szczawnicy wobec prawie 10.000 rzeszy kuracjuszów, którzy przewijają się przez sezon letni.

Dziś Szczawnica nie zliczy już wielbicieli tego zakątka we wszystkich sferach społeczeństwa i tych wszystkich, których przyciąga na sezon zarówno piękno krajobrazu Pienin, najoryginalniejszego w Polsce, jak również nadzwyczajne zalety klimatyczne, o charakterze podalpejskim, i terenowe, nie mówiąc o wyjątkowych walorach wodoleczniczych.

Klimatyczne warunki Szczawnicy przedstawiają się nadzwyczaj korzystnie. Dolina zamknięta z 4 stron łańcuchami wzniesień dochodzących do 1000 metrów, jest doskonale osłonięta od niepomyślnych wiatrów. Wskutek przyrodzonych warunków klimat w Szczawnicy jest znacznie cieplejszy niż w innych miejscowościach Podhala, średnia ciepłoty jest wyższa o 4 stopnie niż gdzieindziej, a średnia wahań ciepłoty jest o wiele mniej ruchliwą niż w innych miejscowościach. Lasy przeważnie iglaste, są źródłem ozonu i sprzyjają równomiernemu nasyceniu powietrza parą wodną.

Szczawnica zawdzięcza swą sławę zdrojowiska mnogości źródeł mineralnych i wielkiej rozmaitości ich składu chemicznego, rzadko spotykanego nawet zagranicą. *Dwutlenek węgla*, wydobywający się z głębszych warstw ziemi, krążąc w warstwach dla siebie dogodnych, ułatwia wyługowanie z nich składników, znajdujących się w źródłach. Równocześnie zachodzą liczne a mało znane procesy chemiczne, warunkujące odmienność źródeł, bijących na powierzchni w niedalekiej od siebie odległości. Ostatnio przypuszcza się możliwość otrzymania w Szczawnicy *term*, do których dostać się będzie można, bijąc głębsze otwory wiertnicze, których praca jest już zapoczątkowana.

Zdroje Szczawnicy są niezwykle bogate w składniki mineralne. Więc znajdujemy w nich sole potasu, sodu, litu, magnu, baru, strontu, wapnia, glinu, żelaza, krzemu i to w różnych połączeniach chemicznych. Najważniejsze według przyjętego zapatrywania są 3 składniki, znajdujące się we wszystkich zdrojach w rozmaitym procesie, a to: kwas węglowy, sole węglanowe wapnia, sole żelazowe. Działanie kw. węglowego wpływa na układ oddechowy, na przemianę tlenową, na ciśnienie krwi, działa moczopędnie i wpływa na układ krwionośny, przyczem w obecności innych soli działanie to jest o wiele dłuższe, niż czystego kwasu węglowego, oraz energiczniejsze.

Działanie węglanu żelaza (według ostatnich badań) sprowadza się do działania zjonizowanych cząsteczek żelaza, zawartego w związku nieorganicznym, co jest równoznaczne z działaniem organicznych połączeń żelaza.

Trzeci składnik to dwuwęglan wapniowy, jego wpływ daje się wykazać zarówno na żołądku w postaci pobudzenia, jak również na dalsze odcinki przewodu pokarmowego w postaci zahamowania wydzielania śluzu i wysuszającego działania w wypadkach owrzodzeń i ropienia w jelitach. Węglan wapnia jest również środkiem kwasochłonnym. Pozatem ma działanie ogólne w wypadkach demineralizacji ustroju, a zatem w chorobach takich jak krzywica.

Sole zawarte w wodach szczawnickich muszą działać pomyślnie w schorzeniach wysiękowych, gdzie sole wapniowe dają bardzo pomyślny wynik leczenia. Obecność innych soli kw. węglowego wzmaga działanie katalityczne.

O ile z początku *wskazania do leczenia* w Szczawnicy były ograniczone do schorzeń dróg oddechowych, o tyle teraz wskazania pomnożyły się do dużej liczby. Dziś leczy się w Szczawnicy *astmę*, choroby allergiczne, stany błednicowe, długotrwałe rekonwalescencje, choroby krwi, choroby przemiany materji, *cukrzycę*, choroby przewlekłe żołądka, nieżyty jelit, nieżytowe zmiany dróg żółciowych, oraz zapalne i kataralne schorzenia narządu moczowego, kamicę moczową, dnę, skazę moczanową, *nieżyty górnych dróg oddechowych*, nieżyty płuc w stadjach nie posuniętych daleko.

Do najnowszych zdobyczy techniki i lecznictwa zdrojowego w Szczawnicy należy obecnie system stosowania inhalacji, tak przy astmie jak i przy schorzeniach górnych dróg oddechowych. Leczenie inhalacjami polega na tem, że za pomocą aparatów i powietrza, pod zwiększonem ciśnieniem, rozpylamy solankę, olejki aromatyczne i inne lekarstwa na drobne cząsteczki i polecamy leczącemu się wdychać ją razem z powietrzem. Te ostatnie wchodzą w ten sposób głęboko do nosa, gardła, krtani, tchawicy, oskrzeli, a nawet płuc i na całej powierzchni tych organów rozwijają swą działalność leczniczą. Sposób ten uważamy za bardzo dobry, bo przy schorzeniach przewodu oddechowego ani smarowaniem, ani pędzlowaniem ani innym sposobem nie możemy do nosa, gardła, krtani i płuc wprowadzić leków tak głęboko jak wziewaniami. Przy chorobach zaś o charakterze ogólnym (skrofuloza, skaza wysiękowa, niedokrwistość), solanka drogą inhalacji dostaje się przez śluzówkę wprost do krwi, w ten sposób pomijamy przewód pokarmowy, soki którego mogą zmieniać skład solanki czy lekarstwa.

Za pomocą inhalacyj solankowych zwilżamy drogi oddechowe, lub naodwrót, jeżeli cierpienie tego wymaga, osuszamy je, stosując inhalacje aromatyczno-solankowe suche, gdzie chory wdycha olejki eteryczne i najdrobniejsze kryształki soli. Solanka zaś, zmieszana z odpowiedniemi lekami, działa też ściągająco, znieczulająco i osłaniająco.

Wziewaniami solankowemi możemy leczyć najskuteczniej wszelkie postacie kataralne schorzeń nosa, ropienie nosa i zatok obocznych nosa. Bóle głowy, związane najczęściej z ropieniami zatok nosowych z powodu niedrożności kanałów, łączących nas z zatokami, ustępują po wziewaniach.

Obecnie zostało wybudowane nowe inhalatorjum, które oprócz właściwej wziewalni, mieści w sobie kamery pneumatyczne, których tak brak było dotychczas w Polsce. Szczawnica wykańcza teraz właśnie budowę kamer pneumatycznych, jedynych w Polsce.

Dzięki temu inhalatorjum, które swoją nowoczesną koncepcją, komfortem i celowością urządzenia stawia Szczawnicę w wielu przypadkach wyżej niż w przeważnej części zdrojowisk tego typu zagranicą, — słusznie można ją zaliczyć do zdrojowisk pierwszorzędnych w świecie.

Truskawiec rozwija się żywiołowo



Dr. Roman Jarosz
Naczelny Dyr. Truskawca

Niestrudzony administrator Truskawca, dr R man Jarosz, naczelny dyrektor zdrojowiska, udziela nam w interesującej pogawędce następujących szczegółów, dotyczących ostatniej fazy rozwojowej zdroju:

— Dla czytelników „Wiadomości Turystycznych" najbardziej bodaj interesującą wiadomością będzie zapewne wieść, że w roku bieżącym rozpoczyna w Truskawcu ordynację prof. dr. Pelczar z Wilna, jedna ze sław europejskich, specjalnie związany z Truskawcem, jako syn ś. p. naczelnego lekarza naszego zdrojowiska. Pobyt prof. Pelczara oznacza podkreślenie leczniczego znaczenia Truskawca przez sfery naukowe.

Co się tyczy inwestycyj, to w r. ub. zmieniliśmy system wydawania „Naftusi", usprawniając go znacznie, co było konieczne ze względu na 16.000 szklanek, wydawanych dziennie. Jeżeli już mówimy o cyfrach, to muszę zaznaczyć, że w roku ubiegłym obsługiwaliśmy ok. 1000 kuracjuszów dziennie w pierwszym i trzecim sezonie, do 3.000 zaś w drugim. Średnio wydawaliśmy po 2.200 zabiegów dziennie. W ciągu całego roku przewinęło się 15.000 kuracjuszów.

Przy źródle „Bronisława" zaprowadziliśmy nową instalację dla płukania gardła. Jak corocznie, dobudowuje się nowe połączenia kanalizacyjne, w roku bieżącym zaś zaprojektowaliśmy budowę wielkiego wodociągu, który zastąpi lokalne instalacje. Na przyszły rok oddamy go do użytku.

Na zanotowanie zasługuje powstanie wielkiego domu oficerskiego o 100 pokojach. Jest to gmach również reprezentacyjny i koncentrujący, obok naszego klubu, życie towarzyskie Truskawca. W projekcie znajduje się budowa nowego gmachu poczty, w samem centrum uzdrowiska. Również Zakład Ubezpieczeń Społecznych przystępuje w najbliższym czasie do budowy nowego gmachu dla swoich członków, leczących się w Truskawcu.

Co do naszych środków leczniczych, to są one zbyt dobrze znane, aby trzeba było o nich mówić obszernie. Pragnę tylko zaznaczyć, że zgodnie z ostatniemi badaniami, nie tvlko „Naftusia" uznana jest za unikat balneologiczny. Również cenne są, w świetle tych badań oraz dotychczasowej skuteczności, nasze kąpiele solankowe o nasyceniu 23% oraz znakomite naturalne kąpiele siarczane, zawierające znacznie więcej siarkowodoru, tak cennego w lecznictwie, niż słynne źródła piszczańskie.

Mogę panu również zakomunikować, że eksport wód truskawieckich rozwija się znakomicie i „Naftusia" posiada już dziś wyrobioną markę nietylko w kraju, ale i zagranicą. Na „Józię" również nie mogę narzekać..

Dalszą rozmowę przerywa nam telefon z Warszawy. Chodzi o ustalenie jeszcze ostatnich szczegółów dotyczących pobytu w Truskawcu wysokiego gościa, prezydenta Łotwy, któremu lekarze zalecili kurację truskawiecką z pomiędzy wszystkich innych zdrojowisk Europy...

* * *

Truskawiec-Zdrój leży w uroczem podgórzu karpackiem zwyż 400 m. ponad poziom morza, w rozkosznej dolinie otoczonej zewsząd lesistemi wzgórzami, które go znakomicie chronią od wiatrów i przeciągów, ma klimat łagodny, średnio-wilgotny, stanowi przeto sam przez się znakomitą stację klimatyczną.

Położony w środku najbogatszej w skarby ziemne okolicy, obok salin Stebnika i Drohobycza, olbrzymich obszarów naftowych Borysławia i Tustanowic, kopalni wosku ziemnego, galmanu i cynku, skąd łatwa do zrozumienia ogromna obfitość i rozmaitość jego wód leczniczych, tonie Truskawiec wśród niezmiernej ilości drzew i sadów.

balsamiczne i solankowe, ciepłe i zimne.

Wskazania: niedokrewność, otyłość, dna, cukrzyca, zołzy, kiła, rozmiękczenie kości, reumatyzm stawowy i mięśniowy, nieżyty przewodów oddechowych, rozedma płuc, nerwica serca, zapalenia osierdzia, wsierdzia i mięśnia sercowego, miażdżyca naczyń, dusznica bolesna, stany po zapaleniach nerek, nieżyt miedniczek nerkowych, nieżyty pęcherza, kamyki nerkowe i pęcherzowe, przerost gruczołu krokowego, nieżyt żołądka, zaparcie stolca, kamienica wątrobowa, zastoiny brzuszne, organiczne i funkcjonalne choroby nerwowe, jak: nerwobóle, rwa kulszowa (ischias), choroba Basedowa, osłabienie płciowe (impotencja), porażenia, zapalenia macicy, około i przymaciczne, trąbek i jajników, pozostałości po załamaniach i zwichnięciach i t. p.



Truskawiec. U góry kąpielisko na Pomiarkach. U dołu źródło „Naftusi"

Na czołowe miejsce wód pitnych wybija się w Truskawcu słynna, bo nigdzie dotąd w Europie nie spotykana „Naftusia".

Jest to szczawa alkaliczno-ziemna, unikat balneologiczny pod względem składu chemicznego i szczególnych właściwości fizykalnych; silnie moczopędna, niezrównana w chorobach nerkowych w cierpieniach dróg moczowych, przeroście prostaty, reumatyzmie, dnie, zwapnieniu tętnic i cukrzycy.

Dalej są: zdrój „Marja", słono-glaubersko-żelazisty; zdrój „Zofja", słono-gorzki i zdrój „Bronisława", słono-ziemny.

Wszystkie trzy stosowane z doskonałym skutkiem przy zaburzeniach w trawieniu natury nerwowej, przy nieżytach żołądka, przebiegających z obniżeniem kwasoty, przy nieżytach jelitowych, zastoinie brzusznej, przekrwieniu wątroby i śledziony oraz zaparciu stolca, przy zołzach i niedokrewności, otyłości, jakoteż przy nieżycie oskrzelowym, wysiękach opłucnowych.

Ponadto zdrój „Bronisławy" działa wybornie jako płukanka do gardła i nosa oraz w okładach.

Zdrój „Józia" szczawa alkaliczno-ziemna — silnie promieniotwórcza, najsilniejsza pod tym względem ze wszystkich znanych dotąd wód w Polsce.

W łazienkach wydaje się: kąpiele solankowe, ze źródeł o wysokiem nasyceniu (do 25%) soli zwyczajnych z szybu „Ferdynand", położonego w parku zdrojowym, oraz soli glauberskich i potasowych czyli kainitowych, pochodzących ze słynnych szybów na Pomiarkach truskawieckich; kąpiele siarczane z szybu „Edward", położonego w parku zdrojowym i z szybów „Emanuel" i „Anna" na Lipkach truskawieckich; kąpiele i okłady borowinowe z borowiny pochodzącej z własnych terenów leśnych; kąpiele kwasowęglowe (impregnowane); kąpiele szlamowe, przyspasabiane ze szlamu szybowego siarczanego.

Zakładowa wziewalnia solankowa (inhalatorjum), pod kierownictwem lekarza-specjalisty chorób nosa, gardła, krtani i uszu — wydaje inchalacje specjalne

Na Pomiarkach Truskawieckich istnieje kąpielisko siarczano-solankowe, nadzwyczajne pięknie położone w otoczeniu lasów iglastych, kąpiele zimne, basenowe, ze sztuczną plażą, kąpiele słoneczne.

Odległość z Truskawca około 2500 m., piękna przechadzka. Duża pływalnia — gimnastyka napowietrzna — place tenisowe. Na stawie łódki. Szatnie. Przy plaży bufet.

Sezony kąpielowe letnie rozpoczynają się 1. kwietnia i trwają do końca października, dzieląc się na: I od 1. kwietnia do 15. czerwca, II od 16. czerwca do 31. sierpnia i III od 1. września do końca października.

Frekwencja ostatnich lat przekroczyła cyfrę 15.000 kuracjuszów, a statystyka, prowadzona ściśle od przeszło 50 lat przez zarząd zdrojowiska, wykazuje stały przyrost. To też Truskawiec - Zdrój rozbudowuje się i rozwija bardzo szybko i dąży z całem zrozumieniem do zupełnego zeuropeizowania się.

Klub miejscowy (kasyno) koncentruje w sobie życie towarzyskie, a liczne zabawy taneczne, teatr, kino, lokale dancingowe i koncerty, wreszcie dobrze zaopatrzona bibljoteka zakładowa, przyczyniają się do uprzyjemnienia pobytu

Poza wszelkiemi budowlami leży duży park zakładowy z dobrze utrzymanemi alejkami i drogami.

Od 1. maja do końca września koncertuje w parku dwa razy dziennie znakomita orkiestra zakładowa.

Na Pomiarkach truskawieckich zostało otwarte regjonalne muzeum imienia Emmy Jaroszowej. Muzeum można zwiedzać codziennie przed i popołudniu.

Worochta



Worochta Wiadukt

Górska stacja klimatyczna i letnisko w pow. Nadwórniańskim woj. Stanisławowskiego, leży na wzniesieniu 750 m. nad Prutem w szerokiej kotlinie górskiej pasma Czarnohorskiego. Stacja kolejowa, urząd pocztowo-telegraficzny i telefon w miejscu.

Worochta posiada klimat wybitnie górski o cechach klimatu podalpejskiego, stosunkowo łagodny dzięki osłonie górskiej od północnego-wschodu, z nieznacznemi wahaniami temperatury. Rozległe lasy iglaste sięgają granic osiedla. Grunt przepuszczalny bez kurzu i błota. Silne nasłonecznienie, jesień i zima specjalnie piękne. Powyższe wartości stawiają Worochtę w rzędzie pierwszorzędnych stacyj klimatycznych, nadających się do leczenia zarówno latem jak i zimą. Latem goście korzystać mogą z rzeźwych kąpieli rzecznych w Prucie i ze słonecznych jego plaż. W zimie świetne tereny narciarskie ściągają do Worochty rzesze sportowców. Worochta stanowi centrum turystyki i sportów zimowych w Karpatach Wschodnich.

Istnieją tu sanatorja i domy zdrowia jak Sanatorjum Kasy Chorych m. Stanisławowa i Drohobycza, Sanatorjum Akademików żydowskich, Towarzystwa Kapłanów, Urzędników Skarbowych i Nauczycieli ruskich.

Wskazania: gruźlica gruczołowa i lżejsze postacie płucnej, ozdrowiny po wysiękach opłucnowych i otrzewnowych, stany wyczerpania.

Przeciwwskazania stanowią niewyrównane wady serca i gruźlica płuc otwarta.

Stale ordynuje w uzdrowisku 3 lekarzy. Apteka w miejscu.

Mieszkań kuracjuszom i letnikom poza sanatorjami dostarcza kilkanaście pensjonatów, posiadających światło elektryczne i miejscową kanalizację. W licznych willach i dworkach huculskich liczne pokoje i mieszkania do wynajęcia. Wskazówek na miejscu udziela Komisja Klimatyczna w Worochcie.

Uzdrowisko czynne cały rok. Główny sezon letni od 1.VI. — 30.IX, główny sezon zimowy od 15.XII. — 15.III.

Zaleszczyki



Zaleszczyki. Plaża nad Dniestrem

Ciepła stacja klimatyczna nad Dniestrem, w woj. Tarnopolskiem, położona na samej granicy polsko-rumuńskiej. Wzniesienie 172 m. Stacja kolejowa na linji Kołomyja — Zaleszczyki w miejscu. Urząd pocztowy, telegraficzny i telefoniczny czynny cały dzień.

Klimat Zaleszczyk, zwanych polskim Meranem, jest ciepły, dużo słońca, mało stosunkowo opadów atmosferycznych. Wiosna rozpoczyna się tu o 2 — 3 tygodni wcześniej niż w reszcie kraju, zimy zazwyczaj są bardzo łagodne. Bogactwo sadów owocowych z doskonałemi gatunkami jabłek, gruszek, śliwek. Udają się tu również dobrze owoce południowe jak morele i winogrona. Kąpiele rzeczne w Dniestrze i słoneczno - powietrzne na plażach nadrzecznych, słonecznej i cienistej.

Pobyt w Zaleszczykach wskazany jest dla leczenia następującvch chorób: wiosną i jesienią — ozdrowiny po cięższych chorobach, przepracowanie, początkowa gruźlica płuc, opłucnej i krtani (tylko nieprątkujący), nerwice przewodu pokarmowego, rozedma płuc, nieżyty oskrzelowe niegruźlicze, choroby nerek. W sezonie letnim — dna (podagra), lekkie postacie gośćca stawowego i mięśniowego, lekkie choroby nerek, lekka gruźlica kostna i gruczołowa, otyłość.

W mieście mieszka stale i ordynuje kilku lekarzy oraz lekarz dentysta.

Znajduje się tu szpital powszechny, przychodnia przeciwgruźlicza i ambulatorjum Kasy Chorych. Niektórzy lekarze posiadają lampy kwarcowe i aparaty Roentgena. Apteka i skład apteczny na miejscu. Miasto ma wodociągi i oświetlenie elektryczne.

W sezonie letnim czynnych jest w Zaleszczykach 20 pensjonatów, z których dwa otwarte są przez cały rok, pozatem znajduje się tu Hotel „Helenówka" i „Hotel Centralny" w Rynku i Oficerskie Domy Wypoczynkowe, prowadzone we własnym zarządzie. W Dobrowlanach, gminie wiejskiej, przyległej do miasta, można wynajmować pokoje i mieszkania w domach wiejskich. Prawie wszystkie pensjonaty posiadają światło elektryczne, niektóre mają również wodociągi.

Sezon całoroczny.

Informacyj udziela Komisja Uzdrowiskowa w Zaleszczykach.

Wody Szczawnickie

Szczawnica ma nieprzebrane skarby w swojem położeniu i klimacie oraz w źródłach mineralnych, które są ujęte w siedmiu źródłach: Józefina, Magdalena, Stefan, Wanda, Walerja, Jan i Szymon. Są to szczawy alkaliczno-słone, oraz alkaliczno-wapienno-słone.

Wody ze źródeł Józefina i Stefan mają zastosowanie przedewszystkiem jako czynnik wykrztuśny. Przez stosowanie ich osiąga się doskonałe efekty przy wszystkich prawie schorzeniach dróg oddechowych, a więc przy nieżytach oskrzeli, nosa, gardła, krtani i tchawicy. Również leczone są wsze'kie sprawy zapalne i pozapalne i naciekowe opłucnej. W warunkach zarówno klimatycznych jak i leczniczo - źródlanych ulegają one tutaj szybkiemu zlikwidowaniu.

Woda ze źródła *Magdaleny*, niesłusznie mniej osławiona od wody ze źródła Józefiny, w swojej specjalności (jako polski Karlsbad) jest wie'kim dobytkiem leczniczym Szczawnicy. Leczy ona z bardzo dobrym skutkiem wszelkie choroby narządu pokarmowego, mianowicie: choroby żołądka z nadmiernem wydzielaniem kwasu solnego, nieżyt jelit, nieżyt pęcherza żółciowego i przewodów żółciowych, kamicę żółciową, cukrzycę.

Woda ze źródła *Wandy* leczy kamicę nerkową, skazę moczanowa, choroby żołądka z nadmiernem wydzielaniem kwasu solnego. Woda ze źródła Wandy jest jedyną wśród szczaw alkaliczno-słonych, tak krajowych jak i zagranicznych, z zawartością litu.



Szczawnica. Nowa pijalnia wód.

Woda ze źródła *Walerja*, posiadająca z powyższych największą zawartość soli, stosowana jest do płukania gardła i nosa.

Woda ze źródła *Szymona*, zawierająca żelazo, ma zastosowanie w stanach enemicznych, rekonwalescencji i t. d.

Woda ze źródła *Jana*, o dużej ilości bezwodnika węglowego i dwuwęg'a żelaza, ma zastosowanie przy kąpielach kruszcowych.

Cudowny klimat Szczawnicy oraz wartość lecznicza jej wód powodują zwiększenie frekwencji z roku na rok.

Zakopane jako uzdrowisko i środowisko turystyczne

Dzięki wyjątkowo korzystnemu położeniu w słonecznej kotlinie podtatrzańskiej, wzniesionej wysoko, a jednak osłoniętej od wiatrów północnych grzbietem Gubałówki, klimat Zakopanego jest bardzo zdrowy, stosunkowo łagodny i cieplejszy, niż np. klimat niżej położonego Nowego Targu. Średnia temperatura roczna Zakopanego wynosi 4.8°C.



Mnich nad Morskiem Okiem

Klimat Zakopanego ma charakter kontynentalny i górski. Cechują go: znaczna różnica ciepłoty między latem a zimą i temperatura naogół niska (śred. roczna + 4,8° C., średnia temp. miesięczna najwyższa w lipcu + 5,1° C., najniższa w styczniu — 5,6° C.). W zimie wahań znaczniejszych niema; wielkiemrozy są rzadkie i nie dokuczilwe dzięki względnej suchości powietrza.

Powietrze oznacza się wielką zawartością ozonu, czystością i przejrzystością oraz pewnem rozrzedzeniem w miarę wzniesienia rosnącem; dzięki temu uwydatnia się silny wpływ (nasłonecznienia), to też temperatura dochodzi w lecie do 32° C., a w piękne dni zimowe, przy wielkich śniegach, w słońcu do + 10° C. Stwarza to w każdej niemal porze roku znakomite warunki do uprawianego powszechnie przez gości i kuracjuszy „opalania się" i kąpieli słonecznych. Opady atmosferyczne są dość obfite lecz nie dokuczliwe. W lecie zdarzają się nawet kilkudniowe deszcze lub krótkie burze. W zimie opady śnieżne są obfite lecz rzadkie i dają grubą powłokę śnieżną w ciągu 120 — 140 dni. Nie mniej jednak zasłonecznienie jest duże, (ok. 1600 godz. słonecznych w roku) a nawet w zimie, przy krótkim dniu wypada jednak 90 — 100 godzin słoń-



Zakopane. Widok ogólny

ca miesięcznie. Z powodu osłonięcia górami, wiatry północne nie dają się w Zakopanem odczuć. Cechą klimatu zakopiańskiego jest t. zw. wiatr halny, suchy i ciepły, wiejący zwykle na wiosnę i w jesieni, który z ogromną siłą przewala się z południa przez Tatry, szerząc spustoszenia w lasach. Zbliżanie się jego poznać można po zwałach chmur, kłębiących się nisko nad górami, podczas gdy w dolinie trwa jeszcze piękna pogoda.

Biorąc pod uwagę powyżej scharakteryzowane właściwości klimatu zakopiańskiego, a także na podstawie długoletnich spostrzeżeń lekarskich w Zakopanem stwierdza się niezbicie, że podział roku na sezony letni i zimowy może być racjonalny jedynie z punktu widzenia sportu, nigdy zaś z leczniczego. Kuracjusze mogą więc leczyć się tu w każdej porze roku z równą korzyścią dla zdrowia, a błąkająca się w opinji publicznej uprzedzenia co do wartości miesięcy wiosennych i jesiennych są pozbawione naukowej podstawy.

Klimat zakopiański wywiera na ustrój człowieka wpływ nader dodatni, hartuje organizm i podnieca przemianę materji, a powietrze górskie powoduje wzmożenie oddychania i akcji serca.

O właściwościach leczniczych Zakopanego pisze b. lekarz stacji klimatycznej p. dr. J. Żychoń co następuje:

„Przedewszystkiem wskazanym jest pobyt w Zakopanem w chorobach płucnych: w skłonności do gruźlicy, w jej początkach i w dalszych stadjach tej choroby przy przebiegu przewlekłym; w nieżytach nosa, gardła, krtani tchawicy i oskrzeli, dla ozdrowieńców po zapaleniu płuc, opłucnej, po operacjach gruźliczych ognisk kostnych, skórnych gruczołów chłonnych i po przebyciu wszelkich chorób ostrych. Pozatem nadają się do leczenia w Zakopanem wszelkie nerwice, niedomogi nerwowe, czyli neurastenje, choroba Basedowa, choroby narządów trawienia, w szczególności ze zboczeniami czynnościowemi, zimnica, choroby, jak bezkrwistość i błednica, choroby przemiany materji, jak otyłość i t. p. Jest to doskonała miejscowość dla pobytu dzieci słabo rozwiniętych lub skłonnych do chorób piersiowych i idealne miejsce wypoczynku dla zmęczonych, czy to fizyczną, czy umysłową pracą. Źle znoszą klimat Zakopanego chorzy z ostrym przebiegiem gruźlicy, lub ze zmianami gruźliczemi rozwlekłemi, z powikłaniami gruźliczemi bardzo wrażliwi, ludzie z wadami serca, ze znacznemi zmianami w układzie naczyniowym i znaczną rozedmą płuc".

* * *

Prócz szukających poratowania zdrowia, zjeżdżają do Zakopanego liczne rzesze turystów i miłośników przyrody. Także cudzoziemcy, zwabieni rozgłosem Tatr i Zakopanego, przybywają tu coraz liczniej.

Będąc jedyną większą miejscowością po Polskiej stronie Tatr, skupia Zakopane cały ruch przyjezdnych turystów. Obfitość pomieszczeń wszelkiego rodzaju, jakoteż jadłodajni i sklepów, pozwala gościom urządzić sobie pobyt w Zakopanem wygodnie i zaspokoić wszelkie potrzeby życiowe i kulturalne.

Ruch przyjezdnych dzielił się niedawno jeszcze na 2 sezony: letni i zimowy. Tatry zwiedzane były tylko w lecie i sezon turystyczny był z reguły ruchliwszy, w zimie bowiem napływ przejezdnych ograniczał się do kuracjuszy — natomiast na wiosnę i jesienią Zakopane zapadało w martwą ciszę. Obecnie podział ten zatarł się zupełnie. Rozwój turystyki zimowej, oraz sportu narciarskiego i saneczkowego w Polsce, w latach ostatnich zwiększyły frekwencję gości, czyniąc Zakopane pierwszorzędną stacją sportów zimowych.

Przed 50 laty były Tatry bezdrożną pustynią; wycieczki w głąb nich odbywano tylko pod wodzą przewodników-górali, trzeba było nocować pod gołem niebem, a mimo szczególnego uroku jaki miały takie wyprawy, wymagały one wiele wytrwałości i hartu.

Turystyka polska rozwija się jednak z żywiołową siłą; to też dzisiaj jest inaczej a jest to owocem długoletniej pracy założonego w roku 1873 Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego. Celem jego jest popularyzacja Tatr, rozwój turystyki i jej organizacja, ułatwianie badań naukowych gór naszych, ich uprzystępnianie oraz ochrona przed zniszczeniem. Wiele zrobiło P. T. T. dla rozwoju Zakopanego — w Tatrach zaś zbudowało dostatecznie gęstą sieć ścieżek turystycznych wiodących do wszystkich dolin i na ważniejsze szczyty. Są one utrzymywane znacznym kosztem, a w niektórych partjach skalnych zwiedzanych często lub służących jako ważne przejścia — ubezpieczone klamrami i łańcuchami oraz wyznaczone kolorami dla orjentacji turystów. Dostęp do ważnych wycieczkowych punktów wyjścia — ułatwiają drogi jezdne i gościńce. We wnętrzu Tatr utrzymuje P. T. T. czynne przez cały rok duże schroniska w których można przenocować wygodnie i znaleść posiłek:, a to przy Morskiem Oku (1393 m), na Hali Gąsienicowej (1500) m.) i przy Pięciu Stawach Polskich (1670 m.), oraz mniejsze schronisko w Roztoce i narciarskie na Hali Pysznej w Dolinie Kościeliskiej. Na Polanie Chochołowskiej znajduje się wielkie schronisko narciarskie, a prócz tego wymienić należy kilka schronisk prywatnych, jak: na Łysej Polanie, na Hali Gąsienicowej, w Dolinie Kościelnej, na Kalatówkach i kilka gospód turystycznych. W połączeniu z siecią schronisk oraz dróg i ścieżek turystycznych po czeskosłowackiej stronie ułatwia to dziś niezmiernie zwiedzenie Tatr i pobyt w nich.

Przejście granicy czeskosłowackiej jest międzynarodową konwerencją turystyczną zawartą staraniem P. T. T., specjalnie ułatwione. Dla członków wydaje P. T. T. legitymtcje całoroczne, zaś inni turyści za minimalną opłatą otrzymują w Zarządzie Uzdr. (Klimatyce) przepustki na kilka lub kilkanaście dni, uprawiające do przejścia granicy w dowolnem miejscu i pobytu w tatrzańskim pasie pogranicznym po czeskosłowackiej stronie. Przejazd dozwolony jest również autobusami, lecz na samochody prywatne potrzebny jest „tryptyk" zagraniczny.

Dzięki tym ułatwieniom rozpowszechnił się ruch turystyczny wśród społeczeństwa, a w ślad za tem zróżniczkował: oprócz specjalistów, którzy, zdobywając trudne szczyty, wytworzyli typ polskiego turysty wysokogórskiego (zwany u nas „taternikiem") — większość przejezdnych uprawia turystykę, zadawalając się ogólnem poznaniem najpiękniejszych okolic Tatr i łatwiejszemi chodząc drogami, to też ludno i gwarno bywa niekiedy w górach.

Poznanie Tatr ułatwia obfity wybór przewodników turystycznych i map; najpopularniejsze z nich: Przewodnik po Tatrach (całych) i Zakopanem, oraz mapa Tatr Polskich T. Zwolińskiego (Wydawnictwo Księgarni L. Zwolińskiego w Zakopanem), — nowa mapa Tatr Wysokich i Bielskich T. Zwolińskiego, w podziałce 1:40,000 — 4-ro tomowy Przewodnik po Tatrach Wysokich (dla taterników) Chmielowskiego i d-ra Świerza i Przewodnik d-ra Świerza. Istnieje też obfita literatura tatrzańska i sportowa. Osoby nie znające Tatr, a pragnące przedsiębrać trudniejsze wycieczki, wynajmować mogą za pośrednictwem biura P. T. T. w Zakopanem kwalifikowanych górali - przewodników, pozostających pod nadzorem starostwa oraz P. T. T., którzy dają turyście peł-



Skocznia na Krokwi

ną gwarancję znajomości Tatr i bezpieczeństwa. W biurze P. T. T. (ul. Krupówki 14, „Dworzec Tatrzański") można też zasięgnąć wszelkich informacyj turystycznych co do planu wycieczek zbiorowych, które P. T. T. urządza w miarę potrzeby.

Okres rozbudowy sieci ścieżek i schrożać za skończony. Dalsza działalność w tym kierunku byłaby raczej szkodliwą dla krajobrazu Tatr, który zachował się, mimo rozwoju turystyki, w stanie pierwotnej dzikości. Dlatego też podjęta przez grono miłośników przyrody myśl ochrony piękna Tatr i utworzenia z całego ich obszaru Parku Narodowego (na wzór amerykański), zyskała uznanie i poparcie rządów polskiego i czeskosłowackiego i wchodzi w stadjum realizacji, dając chlubne świadectwo zrozumienia w obu sąsiednich państwach słowiańskich tej wielkiej i kulturalnej idei.

nisk wobec małego (w porównaniu do Alp) obszaru Tatr całych, można uwa-

Żegiestów Zdrój



Żegiestów - Zdrój. Widok na Poprad

Zdrojowisko w pow. Nowosądeckim woj. Krakowskiego, leży nad Popradem na wzniesieniu 411—540 m. Stacja kol. Żegiestów — Zdrój na linji Nowy-Sącz — Krynica. Poczta, telegraf i telefon na miejscu.

Żegiestów — Zdrój, leżący w kotlinie z trzech stron otoczonej górami z lasem iglastym, otwartej ku południowi, ma bardzo dobre warunki klimatyczne, ale przedewszystkiem na uwagę zasługują jego zdroje szczaw alkaliczno - żelazisto-ziemnych z dużą zawartością wolnego bezwodnika węglowego. Wody żegiestowskie podobne są ze składu i działania leczniczego do wód w Contrexeville, Nauheim, Pyrmont i Spaa. Na czele zdrojów żegiestowskich należy wymienić zdroje „Andrzeja" i „Anny" służące do kąpieli i do picia. Wody tutejsze, dzięki znacznej zawartości soli mineralnych, działają pobudzająco, a ułatwiając ruch robaczkowy jelit oraz proces trawienia, przyczyniają się do ogólnej poprawy zdrowia. Składniki wód tych działają na zwiększenie się liczby czerwonych ciałek krwi, a duża zawartość w nich wolnego bezwodnika węglowego wybitnie wpływa na żywszą przemianę materji. Poza źródłami Żegiestów rozporządza złożami doskonałej borowiny.

W Zakładzie Kąpielowym wydawane są kąpiele szczawne, kwasowęglowe, borowinowe, stosowane jest wodolecznictwo, kąpiele słoneczne i powietrzne, masaże. W sezonie letnim czynna jest aparatura elektromedyczna.

W s k a z a n i a: blednica, niedokrewność, przemęczenie, ozdrowiny po uporczywej zimnicy; stany ogólnej natury osłabienia nerwowego, wyrównane choroby serca, mięśnia sercowego i naczyń krwionośnych, miażdżyca tętnic; choroby nosa, gardła i dróg oddechowych, choroby na tle zaburzeń gruczołów o wydzielaniu wewnętrznem; choroby kobiece; choroby przemiany materji; choroby żołądka i jelit na tle nerwowem.

N i e s ą p r z y j m o w a n i do leczenia chorzy na gruźlicę płuc, niewyrównane wady serca, ze złośliwemi nowotworami oraz chorzy zakaźnie.

3 lekarzy, apteka i pomocniczy personel sanitarno-lekarski na miejscu.

Mieszkania w Domu Zdrojowym, w willach zakładowych, w pensjonatach, wreszcie w Żegiestowie — Wsi. Dalsza rozbudowa mieszkaniowa zdrojowiska rozwija się w kierunku „Polskiej Łopaty". W restauracji Domu Zdrojowego doskonale i solidnie prowadzonej przez p. J. Błogowskiego (z uwzgl. kuchni jarskiej) wyżywienie dzienne po cenie ryczałtowej. W Żegiestowie Zdroju można przeprowadzać kuracje ryczałtowe. Budynki zakładowe mają światło elektryczne, wodociągi i są skanalizowane. Wskazówek przyjezdnym udziela Zarząd Zakładu Zdrojowo - Kąpielowego i Komisja Zdrojowa w Żegiestowie.

UZDROWISKA ŚLĄSKIE

Stolica Beskidów Zachodnich

Bielsko, jakkolwiek jest ośrodkiem przemysłowym światowej sławy, tem nie mniej jednak było, jest i będzie zawsze ośrodkiem turystycznym szczególnej wagi, a stacja Bielsko jest ważnym węzłem kolejowym.

Położenie to nadaje miastu szczególne cechy miejsca wypadowego w góry.

Kilka cyfr udowodni to twierdzenie:

Czas przejazdu tramwajem ze stacji Bielsko do Lasu Cygańskiego — 24 min. a stamtąd szlakami górskiemi na szczyty droga trwa 1½ — 2 godz.

Przejazd autobusami do Bystrej trwa 18 minut, do Szczyrku 40 min., do Wapienicy, doliny Marszałka Piłsudskiego 20 min., do Jaworza — 22 min., a do Straconki (na Magórkę) 23 min.

W dalekim promieniu niema miejscowości, z której tak szybko, tanio i wygodnie można się dostać do gór.

Miasto, zdawna świetnie zagospodarowane, posiada własny wodociąg, gazownię, kanalizację, brukuje ulice, zakłada zieleńce, uprzyjemnia wszelkim sposobem turystom pobyt. Posiada prywatną elektrownię i t. p. Na miejscu są pierwszorzędne hotele. restauracje, kawiarnie, teatr, kina, koncerty, organizowane są zawody sportowe i t. p.

Dobre połączenia kolejowe oraz autobusowe umożliwiają zwiedzanie gór i położonych w okolicy miejscowości klimatycznych, oraz uzdrowisk, co wpłynęło na rozwój fabrykacji w Bielsku sprzętu i ekwipunku turystycznego i sportowego, wyrabianego w pierwszorzędnej jakości.

W górach znajdują się schroniska pierwszorzędne, całorocznie zagospodarowane, szlaki turystyczne zaś są dobrze utrzymywane. Najbliższa okolica miasta posiada nadmiar świetnych terenów narciarskich. Zjazdowcy bielscy wyrobili sobie już znaną markę.

Dla turystyki niedzielnej, szczególnie z Górnego Śląska, Bielsko jest najwygodniej położoną stacją docelową. Cztery godziny dłużej na słońcu bawić może turysta, dojeżdżający do Bielska, zamiast do innych, dalej położonych stacyj, jak np. do Zwardonia, oszczędzając czas ten na przejeździe.

Gościom letnim i zimowym dać może Bielsko wszelkie wygody miasta zachodnio-europejskiego, tuż obok piękna dziewiczych lasów i gór. Góry okoliczne są również dosyć gęsto zabudowane i zamieszkałe przez ludność bardzo uprzejmą i kulturalną. Wszędzie, w każdym domku, można przenocować, znaleść mieszkanie tanie i czyste na sezon letni, czy też zimowy. Ceny są umiarkowane.

Bielsko jest zatem, tak pod względem swego położenia, jak rozbudowy wszelkich urządzeń i inwestycyj sportowych i turystycznych w mieście i okolicy, oraz dzięki bardzo ułatwionemu dostępowi do gór, wprost idealnym ośrodkiem turystycznym.

Niech więc kuracjusze, udający się do uzdrowisk śląskich nie zapominają o Bielsku!

Bystra

Bystra leży na wysokości 370 m. w dolinie u stóp Beskidów, nad rzeczką Białką i jest zasłonięta od strony północnej Beskidami. Okolica górzysta i lesista. Klimat górski, grunt przepuszczalny, powietrze czyste, obfitujące w ozon. Sezon trwa przez cały rok.

Wskazania. Bystra zapewnia skuteczną kurację dla płucno chorych, dla przepracowanych, szukających wypoczynku, lub dla rekonwalescentów. Poza leczeniem chorób dróg oddechowych, leczą się w Bystrej choroby krwi, ogólne nerwice i przemiana materji. Do urządzeń należy nowowybudowane i nowocześnie urządzone wspaniałe sanatorjum, będące własnością Związku Kas Chorych w Warszawie. Sanatorjum otoczone jest wielkim parkiem i posiada śliczne hale do leżakowania i t. d.

Bystra przez cały rok ściąga znaczną liczbę turystów, na których czeka tu wiele atrakcyj w formie wspaniałych wycieczek przedewszystkiem w góry.

Zimą licznie uczęszczane są doskonałe tereny narciarskie, na skoczniach odbywają się zawody narciarskie.

Poza wycieczkami na szczyty górskie i poza rozrywkami, jak kąpiele rzeczne, tennis i t. p., letnicy i turyści mogą dzięki wygodnej komunikacji kolejowej (12 pociągów) i autobusowej (co godzina), zwiedzać pobliskie miasta Białą i Bielsko.

Dojazd do Bystrej jest bardzo wygodny; stacja kolejowa (linja Warszawa—Katowice — Żywiec i linja Lwów — Kraków — Żywiec), jak również poczta, telegraf i telefon międzymiastowy na miejscu.

Goczałkowice

Zdrojowisko solankowe w pow. Pszczyńskim woj. Śląskiego, położone na wysokości 266 m., w pagórkowatej, lesistej okolicy. Stacja kol. na linji Dziedzice—Katowice w miejscu. Urząd pocztowo-telegraficzny i telefon w Goczałkowicach.

Zdrojowisko ma dwa silne źródła dające solankę jodowo - bromową o zawartości 3% soli. Solanka goczałkowicka używana jest zarówno do kąpieli jak i do picia i z powodzeniem stosowana bywa przy kuracjach odpowiadających kuracjom w Bad Hall, Heilbrun i Wildegg.

Zakład Zdrojowo - Kąpielowy w Goczałkowicach rozporządza kilkudziesięciu kabinami do kąpieli solankowo-jodobromowych oraz impregnowanych kwasowęglowych, żelazistych, tlenowych, jodłowych, urządzeniami do inhalacyj, hydro-elektro- i heljoterapji oraz djatermji.

Wskazania: cierpienia gośćcowe i dnawe, rwa kulszowa (ischias), sprawy pozapalne, choroby serca, mięśnia sercowego, miażdżyca tętnic i nerek, zołzy, krzywica, choroby kobiece, otyłość cukrzyca, chroniczne choroby skóry, leczenie następstw zatrucia nikotyną i ołowiem.

Nie przyjmuje się chorych na niewyrównane wady serca, gruźlicę płuc, choroby zakaźne i umysłowe.

Sezon trwa od 15, 5. do 15. 10.

Jaworze



Jaworze. Zakład im. d-ra Czopa

Stacja klimatyczna podgórska w pow. Bielskim, woj. Śląskiego, leży na wysokości 400 m., malowniczo rozrzucona po wzgórzach Beskidu Śląskiego, pokrytych lasami świerkowemi. Stacja kol. Jaworze na linji Bielsko — Cieszyn. o 2 km. od uzdrowiska, dojazd autami i dorożkami. Z Bielska kursują autobusy (przejazd 20 min.). Poczta, telegraf i telefon w miejscu.

Jaworze ma dzięki swemu położeniu bardzo dodatnie warunki klimatyczne, silne nasłonecznienie, grunt przepuszczalny, powietrze przesycone żywicą pobliskich lasów.

Znajduje się tu Zakład Leczniczy im. d-ra Czopa, położony w pięknym parku. Zakład stosuje kąpiele i wszelkie zabiegi wodolecznicze, sztuczne kąpiele kwasowęglowe, solankowe, jodo-bromowe, tlenowe, siarczano-słone i aromatyczne. Kompletna elektroterapja, djatermja, kąpiele i okłady borowinowe, gimnastyka lecznicza z kąpielami powietrznemi, werandowanie. Leczenie djetetyczne według zasad prof. Nordena, zreformowana kuracja schrottowska, djety indywidualne.

Wskazania: choroby układu nerwowego, przewodu pokarmowego, zła przemiana materji, choroby serca (wyrównane) i naczyń, wątłość, niedokrwistość, ozdrowiny, Poza Zakładem leczenie klimatyczne.

Zakład nie przyjmuje chorych na gruźlicę, na choroby umysłowe, weneryczne i zaraźliwe.

Stale ordynuje tu 2 lekarzy. Apteka na miejscu.

Pokoje w Zakładzie i w willach zakładowych, w pensjonatach, willach i dworkach włościańskich. Jaworze ma wodociąg z gór, kanalizację i elektryczność. Informacyj na miejscu udziela Komisja Klimatyczna i Zarząd Zakładu Leczniczego im. d-ra Czopa.

Sezon letni od 15.V. do 31.X., zimowy od 15.XII. — 15.III. Zakład Leczniczy czynny cały rok.

* * *

W roku bieżącym w zakładzie d-ra Czopa wprowadzono djatermję, zreorganizowano dział leczenia djetetycznego i dokonano gruntownego remontu całego gmachu.

W samem uzdrowisku wprowadzono szereg udogodnień natury komunikacyjnej, jak połączenia autobusowe z Bielskiem 6 razy dziennie, z rozkładem przystosowanym do pociągów, etc. Poważne prace wykonane zostały w dziedzinie drogowej: droga do doliny Ludwiki otrzymała nawierzchnię szosową, szosa, prowadząca do głównej szosy Bielsko — Skoczów otrzymała nawierzchnię kostkową, w części zaś, przechodzącej przez uzdrowisko — asfaltową.

W dniu 15 czerwca zostanie oddany do użytku basen kąpielowy.

Interesującem podkreśleniem popularności Jaworza jest fakt powstania w Warszawie towarzystwa Przyjaciół Jaworza z prez. Bełżyńskim na czele.

„Wszystko do usług kuracjusza" mówi p. Zygmunt Dworczyk dyrektor Jastrzębia-Zdroju

W Jastrzębiu Zdroju jesteśmy w pierwszej połowie kwietnia. Do otwarcia sezonu jeszcze daleko, ale zdrojowisko jest już od dawna gotowe na przyjęcie gości. Remonty doroczne przeprowadzone, kończy się uprzątanie przepięknego parku zakładowego. Wszędzie czystość i porządek, które zresztą w Jastrzębiu panują tradycyjnie nawet w najgorętszych momentach.

Dyrektor Dworczyk, jak zwykle uprzejmie, udziela nam poniższych informacyj:

— Jeżeli chodzi o to, co przybyło w Jastrzębiu od zeszłego roku, to przedewszystkiem muszę wymienić piękną willę dla dzieci, zbudowaną przez miasto Katowice. Właśnie została ona wykończona i posiada 50 miejsc. Na wzór zagranicznych sanatorjów, willa dziecięca posiada doprowadzoną solankę i będzie udzielała kąpieli na miejscu. Wszystkie pokoje wychodzą na balkony i posiadają słoneczną wystawę. Pod względem urządzenia wewnętrznego willa zaopatrzona jest w najnowsze zdobycze techniki.

Niebawem rozpoczynamy budowę stadjonu sportowego oraz dalszych nowych 4 kortów tenisowych. Równocześnie powstanie olbrzymi basen kąpielowy, a właściwie dwa baseny: dla dorosłych i dzieci. Budowę przedsiębierze nasza gmina kosztem ok. 300.000 zł. W samym zakładzie odnowione zostało kasyno, poprawiono asfaltowe drogi, a park otrzymał nowe rozplanowanie i wielką ilość kwiatów.

— Czy są jakieś nowości z dziedziny organizacyjnej

— Wzmocniona współpraca ze związkiem właścicieli hoteli i pensjonatów. Jak panu wiadomo, od chwili objęcia przeze mnie obecnego stanowiska, odrazu zespoliłem ściśle działalność związku z postulatami zakładu. Nadało to zdrojowi specyficzny charakter, gdyż uniemożliwiło jakikolwiek wyzysk. Nawet przy największem przepełnieniu uzdrowiska w głównym sezonie niema wygórowanych cen. Są one ustalone w porozumieniu ze mną i nie mogą przekraczać 5 do 7 zł. Tego rodzaju stosunków niema w żadnem uzdrowisku polskiem, jakie panują u nas. Dyrektor, dla dobra zdroju i miejscowych obywateli, ustala autorytatywnie ceny już od 5 lat i nikt nie przekracza ich.

— A gdyby przekroczył?

— Wykluczone! W podobnym przypadku żaden mieszkaniec takiego pensjonatu nie otrzymałby od zakładu kąpieli ani żadnych innych świadczeń. Takiego wypadku zresztą jeszcze nie było. Właściciele pensjonatów jastrzębskich zdają sobie wogóle doskonale sprawę, że gościa nie wolno eksploatować do suchej nitki. To też gość czuje u nas, że znajduje się w środowisku uczciwem. Oczywiście, właścicielom pensjonatów wolno *zniżać* ceny, i na to patrzę bardzo przychylnem okiem, podwyższać ich natomiast w żadnym przypadku nie wolno.

— Czy ingerencja pańska polega wyłącznie na kontroli cen?

— Cóż znowu! Tak samo kontroluję wartość świadczeń pensjonatów. To też ryczałty pensjonatowe posiadają w Jastrzębiu wyrobioną markę. Muszę zresztą dodać, że gości korzystających z ryczałtowych pobytów traktuje się u nas zupełnie tak samo, jak i nie korzystających z nich. Gości ryczałtowych zresztą posiadamy coraz więcej. Jest to zupełnie zrozumiałe, gdyż w dzisiejszych czasach każdy musi ściśle układać swój budżet, ryczałty zaś udostępniają kurację przedewszystkiem mniej zamożnym warstwom.

— Co obejmują ryczałty?

— Taksę kuracyjną, opiekę lekarską, wszelkie zabiegi lecznicze oraz kąpiele zaordynowane przez lekarza zakładowego bez ograniczeń, oddzielny pokój w najlepszych pensjonatach z pościelą, bielizną pościelową, usługą, światłem i utrzymaniem. Jednem słowem — wszystko.

— Jak ustalone zostały ceny ryczałtów na rok bieżący?

— Za trzytygodniowy pobyt pobiera się w I i III sezonie, przy 3-krotnym posiłku zł. 185,50, przy pięciokrotnym zł. 206,50. Czterotygodniowy pobyt kosztuje 240 i 268 zł. W głównym sezonie za trzyposiłkowy pobyt w ciągu 3 tygodni cena wynosi 234 zł., przy pięciu posiłkach zaś 244 zł. 50 gr. To samo za okres czterotygodniowy wynosi 277 i 311 złotych.

— W zakresie lecznictwa wprowadził pan dyrektor jakieś zmiany w roku bieżącym?

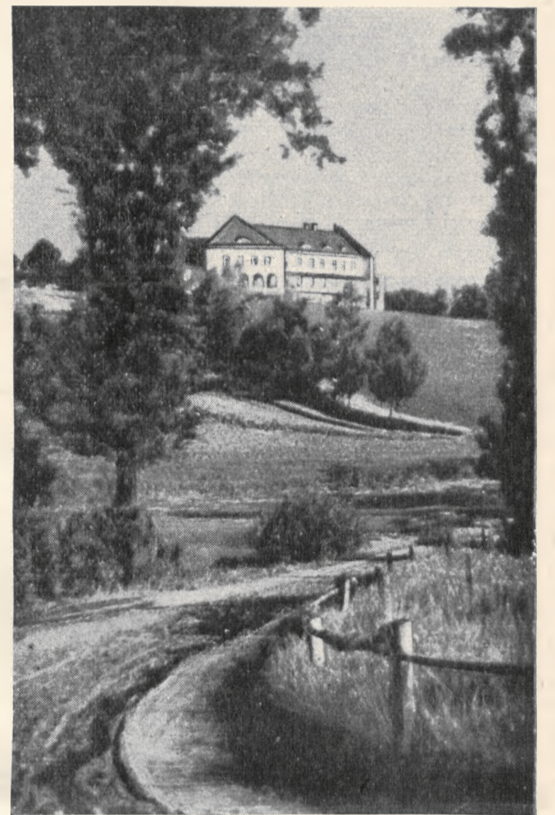
— Do każdej z trzech łazienek przydzielam jednego kandydata medycyny dla stworzenia bliskiego kontaktu między dyrekcją a kuracjuszem. Wzmacnia to opiekę i doskonale działa na psychikę pacjenta, który w ten sposób wie, że pamiętamy o nim w każdej chwili i zawsze jesteśmy gotowi usłużyć mu. Wszelkie uwagi i zażalenia może kuracjusz składać dyrekcji o każdej porze dnia, a opiekunowie codziennie składają mi relacje o stanie kuracji swoich pacjentów. W ten sposób nawiązuję stałą styczność z pacjentem, co uważam za niezwykle doniosły moment psychologiczny, dający, jak wiadomo, doskonałe skutki w czasie kuracji. Nie należy bowiem zapominać, że gdyby było przeciwnie, t. j. gdyby kuracjusz był nastawiony negatywnie w stosunku do zakładu, to stosunek ten byłby antytoksyną do działań tej naszej tak znanej ze skuteczności solanki jodo - bromowej. Psychologiczne dodatnie nastawienie pacjenta już samo bodaj stanowi 50% skuteczności leczenia.

— Jak pacjenci reagują na to?

— Jak najlepiej. Wiedzą oni bowiem o dewizie, przyświecającej zarówno dyrekcji, jak i właścicielom pensjonatów, a głoszącej, że *wszyscy i wszystko jest do usług kuracjusza*. Zdaniem mojem dewiza ta winna być stosowana we wszystkich uzdrowiskach, a przekonanie to podyktowało mi zarówno długoletnie własne doświadczenie na stanowisku dyrektora zdrojowiska, jak i doświadczenie nabyte w pracy społecznej na stanowisku członka zarządu Zw. Uzdrowisk Polskich. Jeżeli przejmiemy się wszyscy tą dewizą, zdrojownictwo nasze pójdzie naprzód milowemi krokami. I jeszcze jedno: należy wystrzegać się nieistotnych obietnic. Nasz prospekt jest w 100% dotrzymywany. Nie leczymy bynajmniej wszystkich chorób, ale te, które leczymy— leczymy skutecznie.

— Jeszcze jedno pytanie, dyrektorze. Jak rozwija się budownictwo w Jastrzębiu?

— Od ubiegłego roku przybyło wiele will. Jastrzębie zabudowuje się w tempie prawdziwie amerykańskiem. Jest to typowe zdrojowisko przyszłości, gdyż ilość kuracjuszów zwiększa się tu od 18 do 24% rocznie. W r. ub. frekwencja nasza przekroczyła 5000 osób. Widzi pan więc, że istnieją u nas wszelkie warunki, usprawiedliwiające szybki rozwój budownictwa.



Jastrzębie - Zdrój



Jastrzębie - Zdrój

* * *

Zdrojowisko solankowo-jodo-bromowe w pow. Rybnickim woj. Śląskiego, położone na wysokości 300 m. w okolicy pagórkowatej, częściowo zalesionej, z widokiem na Beskidy. Stacja kol., urząd pocztowo-telegraficzny i telefon na miejscu.

Zdroje jastrzębskie słyną z bardzo silnej solanki radjoczynnej, zawierającej jod i brom, i przypominającej źródła w Bad Hall, Kreuznach i Wildegg. Borowina z własnych pokładów przyrządzona jest do kąpieli i okładów na solance.

Zakład zdrojowo-kąpielowy leży w pięknym, wzorowo utrzymanym parku i posiada trzy budynki łazienne z oddziałami dla elektroterapji z djatermją i aparatem Roentgena, dla wodolecznictwa i inhalacyj, dwa oddziały kabin solankowych dla dzieci, kąpiele słoneczne z natryskami. Do Zarządu Zdrojowego należy wzorowy zakład dla dzieci im. Marji o pojemności 500 łóżek. Poza Zakładem istnieją urządzenia elektrolecznicze w sanatorjum dla inwalidów, urządzonem komfortowo, jako też w gmachu Spółki Brackiej woj. Śląskiego, gdzie znajduje się ponadto wzorowe inhalatorjum.

Wskazania: choroby kobiece, choroby dzieci, skrofuloza, krzywica, gruźlica kości, skóry i stawów; rwa kulszowa; choroby serca i naczyń; niedokrwistość; otyłość; cukrzyca; podagra; artretyzm; lumbago; choroby wątroby; gościec, urazowe schorzenia kości i stawów; choroby pęcherza; nieżyty górnych dróg oddechowych; rozedma płuc, stany wyczerpania i ozdrowiny po operacjach.

Przeciwwskazania: gruźlica płuc, stany gorączkowe, choroby serca.

Jastrzębie-Zdrój jest miasteczkiem o zachodniej kulturze, posiadającem liczne hotele, pensjonaty, wille i dobrze urządzone domy do wynajęcia. Są tu wodociągi, kanalizacja i światło elektryczne.

Sezon całoroczny.

Ustroń



Ustroń. Widok ogólny

Ustroń leży wśród Beskidów Zachodnich; 15 km. na południe od Cieszyna. Dobre połączenia kolejowe, doskonała asfaltowa szosa aż do Katowic, oraz szereg linij autobusowych.

Dolina uzdrowiska, przecięta wstęgą Wisły, ciągnie się na wysokości 365 — 450 m. nad poziomem morza wśród niezwykle malowniczych gór zalesionych jodłami, smrekami i bukami.

Sławę Ustronia, stanowią nadzwyczajne rezultaty lecznicze, jakie osiągnięto w jego kąpielach borowinowych. Ustroń posiada własne pokłady borowiny, przewyższającą jakością borowinę franzensbadzką.

Biorąc pod uwagę tę niezwykłą skuteczność kąpieli borowinowych, potwierdzoną dwustuletnią chwalebną tradycją, idealne warunki klimatyczne, nadzwyczajne bogactwo krajobrazów, wspaniałe tereny sportowe, wiele pomysłowych inwestycyj, można przypuszczać, że Ustroń, polski Franzensband, już w najbliższym czasie będzie jednem z najlepiej urządzonych uzdrowisk śląskich, będzie uzdrowiskiem modnem.

Zakład wydaje w komfortowo urządzonych łazienkach kąpiele borowinowe według przepisu lekarza zakładowego dra Fr. Śniegonia.

1. Borowinę do kąpieli całych i częściowych (nasiadowych, nożnych, ręcznych) i do okładów. Niezawodne działanie borowiny ustrońskiej polega na zawartości (według analizy dra. Ludwiga prof. Inst. Chemji Lekarskiej w Wiedniu) i tabeli porównawczej z borowiną franzensbadzką: na 1000 części wyschniętej przy 100° borowiny 370.9 składników organicznych, 129,1 składników nieorganicznych.

Borowina ta zawiera wiele CO_2 i lotnych kwasów organicznych, szczególnie mrówkowego. Znaczna zawartość ałunu i siarczanu wapnia wpływa wybitnie ściągającą i przeciwzapalnie.

2. Kąpiele kwasowęglowe, solankowe, siarkowe, jodobromowe, igliwie, elektryczne czterokomórkowe (specjalnie do leczenia klimakterjum, hipertonji, bezsenności, zapalenia n. obwod.).

3. Picie wód radjoaktywnych „Źródła Żelazistego".

4. Kąpiele rzeczne (dzika plaża nad Wisłą, oraz nowoczesna pływalnia) i słoneczne.

5. Zabiegi hydropatyczne, elektryzacja, lampa kwarcowa.

Wskazania: choroby stawów i kości: gościec, (reumatyzm stawowy i mięśniowy), artretyzm (podagra dna, gicht), następstwa po urazach i złamaniach oraz nadłamaniach i zwichnięciach, pęknięciach kości i mięśni, d) rachitis.

Choroby systemu nerwowego: zapalenie macicy, wysięki po sprawach zapalnych okołomacicznych, chroniczne zapalenia wewnątrzmaciczne, zapalenie jajników, zapalenie sutek, zboczenia w miesiączkowaniu, niepłodność.

Choroby systemu nerwowego: zapalenie nerwów, ischias, neuralgja nerwów, kończyn i twarzy, porażenia i niedowłady po atakach apoplekt.

Choroby przemiany materji: otyłość artretyczna, kamienica nerkowa, moczowa, żółciowa, cukrzyca otyłych.

Varia: anemja, blednica, nerwica serca i osłabienie mięśnia sercowego, paraliż, wysięki pozapalne, leczenie ozdrowieńców.

Nie przyjmuje się: gruźlików, obłożnie chorych, zakaźnie i umysłowo chorych.

Zakład kąpielowy posiada obok łazienek Dom Zakładowy komfortowo urządzony, oraz Hotel Kuracyjny, położony wśród ślicznego parku kuracyjnego. Pozatem istnieje cały szereg hoteli, pensjonatów.

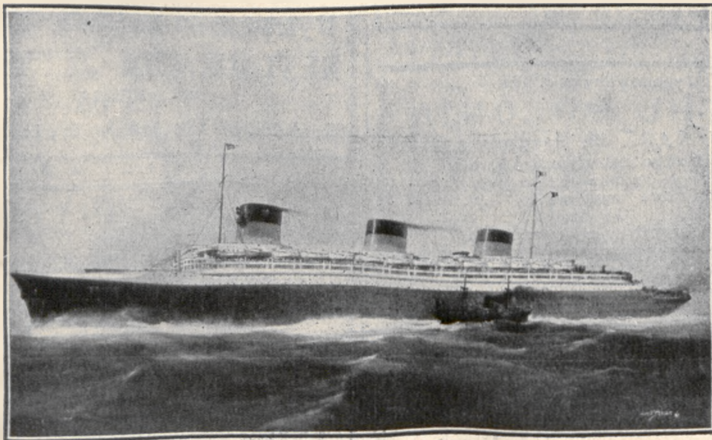
Domy, place, ulice oświetlone są elektrycznością. Na miejscu kościół katolicki, ewangelicki i synagoga. Poczta, telegraf, telefon, apteka, drogerja, masażyści, zakład dentystyczny. Kino, taksówki, autobusy i dorożki. Aprowizacja b. dobra, dwa razy w tygodniu targ, ceny b. niskie ze względu na wielką podaż nabiału, jarzyn i owoców przez czystych „gazdów" i „gaździnki" śląskie.

Sezon trwa od 15 maja do 1 października. Zwraca się uwagę na sezon wiosenny i jesienny ze względu na znaczną zniżkę cen, oraz piękno słonecznej jesieni i wiosny w górach.

Po 10 dniach pobytu w ciągu sezonu letniego i zimowego przysługuje gościom zniżka powrotnego biletu kolejowego w wysokości 30%. Szczegółowych informacyj udziela i pokoje rezerwuje Śląska Kąpiel Borowinowa i Urząd gminy w Ustroniu.

Z Francji

Pierwsza podróż „Normandie"



Dnia 29 maja wyruszył z Hawru w swoją pierwszą podróż do Nowego Yorku największy okręt świata „Normandie", należący do francuskiego towarzystwa Compagnie Générale Transatlantique.

W porównaniu z kilkoma największemi dotychczas okrętami transoceanicznemi, np. z niemieckim „Europą" (około 51.000 tonn), lub angielskim „Qeen Mary" (72.000 tonn), okręt „Normandie" ze swemi 79.000 tonn posiada wysoko wyśrubowany rekord wielkości i będzie mógł zabrać na pokład olbrzymią liczbę 2170 pasażerów i 1320 osób załogi. Razem 3 i pół tysiąca osób!

Kolos ten zbudowano tak, by mógł zapewnić pasażerom jaknajwiększy stopień wygody i komfortu, niezależnie od klasy i pokładu. Istotnie urządzenia wewnętrzne „Normandie" przekraczają wszystko, co dotychczas w tej dziedzinie można było zobaczyć. Na okręcie znajduje się teatr, kino, pływalnie, sale do różnego rodzaju sportów, gier sportowych, sale balowe i t. d.

Wszystkie kabiny mają wodę bieżącą ciepłą i zimną, a większość z nich posiada własne łazienki. 187 kucharzy przygotowywać będzie posiłki na „Normandie".

Nietylko z punktu widzenia wygody pasażerów, okręt „Normandie" godny jest podziwu. Poświęcono bowiem jeszcze wiele uwagi zagadnieniom estetycznego rozwiązania wrętrz orraz sprawie artystycznego ich wykończenia.

Czołowi architekci francuscy projektowani niezliczone salony, jadalnie, sale balowe i inne wnętrza „Normandie", a zdobili je najlepsi artyści dekoratorzy.

Okręt o tak wielkim tonażu, jak „Normandie" nie lęka się burz morskich, gdyż posiada zbyt wielką masę i jest zbyt silny.

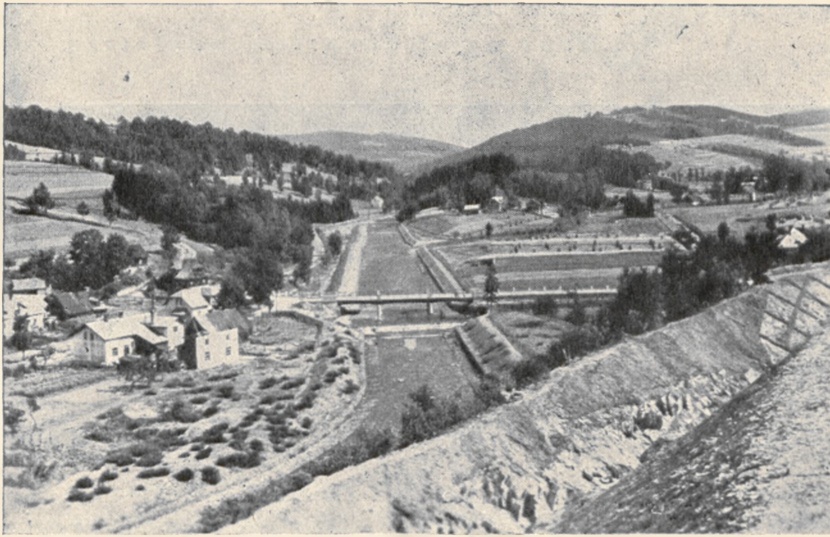
Przed górami lodowemi broni go specjalna służba informacyjna wielkich towarzystw okrętowych atlantyckich, a a przed pożarem — przeszło 300 osób straży pożarnej, trzymanej w pogotowiu dniem i nocą.

„Normandie" jest prócz tego najszybszym okrętem pasażerskim świata i przebywać będzie odległość 5700 km dzielących Hawr od Nowego Yorku w ciągu 4 dni, z przeciętną szybkością pięćdziesięciu kilku kilometrów na godzinę.

„Pływające miasto" — „Normandie" jest dumą przemysłu i sztuki dekoracyjnej Francji. Przysporzy on banderze francuskiej nietylko nowy zastęp pasażerów, ale przyczyni się również do propagandy kultury francuskiej.

Żywiołowy rozwój Wisły

Komisarz Rządowy, radca Wł. Miedniak, o planach inwestycyjnych Wisły



Wisła. Widok ogólny

— Jeżeli chodzi o inwenstycje dokonane w ostatnim roku, to przedewszystkiem zaznaczyć należy, że Wisła otrzymała tor hokejowy, identyczny z katowickim, najlepszym w Polsce. Jest on położony obok basenu i otrzymał elektryczne oświetlenie. W lecie na tem miejscu znajdują się 3 korty tenisowe, również oświetlone. Dalej wybudowano obok basenu wielką restaurację według planów architekta Tworkowskiego. Nad Wisłą przeprowadza się obecnie wielką aleję spacerową.

W dziale administracyjnym zaznaczyć muszę wielkie usprawnienie czynności, mające na celu uprzystępnienie letnikom manipulacyj. Formalności meldunkowe są uproszczone, taksę kuracyjną pobiera się przez inkasentów.

W dziedzinie komunikacji autobusowej możemy również zanotować postęp: wprowadzona zostaje stała linja Głębce dworzec — Biała Wisła. Projektowana jest również linja okrężna Ustroń — Równica — Kubalonka — Wisła, jednocześnie w 2 kierunkach.

Wielkie znaczenie będzie miała budowa Domu Kuracyjnego, którą rozpoczynamy w roku bieżącym, zakończymy zaś w przyszłym. Gmach będzie posiadał pomieszczenia dla urzędów państwowych, oraz zarządu gminnego, poza tem zaś będzie się tu znajdowała sala reprezentacyjna o wymiarach 24 × 16 m., mogąca pomieścić 500 osób. Znajdzie tu również pomieszczenie kino, kawiarnia, sale klubowe, etc. Kosztorys wynosi 400.000 zł., a budowa powstaje dzięki poparciu p. wojewody d-ra Grażyńskiego, który opiekuje się Wisłą w wybitny sposób. Powstanie tego gmachu będzie miało wielkie znaczenie, gdyż skoncentruje on całe kulturalne i towarzyskie życie Wisły w jednym punkcie. Obok tego gmachu powstanie szereg innych, jak poczty, etc.

Urząd Wojewódzki buduje obecnie mur oporowy na skale betonowej na Oszarpanej, długości ½ km., co pozwoli na utworzenie pięknej alei spacerowej. Wykańcza się również drogi do Malinki i Łabajowa. Ogółem w Wisłę wkłada się obecnie ponad 600,000 zł. z funduszów Urzędu Wojewódzkiego.

Prywatne budownictwo rozwija się również intensywnie. Powstaje szereg nowych will, rozszerzają się istniejące.

Na zakończenie pragnę dodać, że wszystkie wille i zakłady, przeznaczone dla publiczności, stale lustrowane są przez komisje sanitarne, czuwające nad higjeną Wisły.

Wszystko to rokuje nadzieje na dobrą przyszłość, której Wisła jest naprawdę warta.

* *

Wisła położona jest w Beskidzie Śląskim na wysokości 440 — 500 m. i stanowi pod względem turystycznym pierwszorzędny punkt, zarówno dla swoich urządzeń zimowych i letnich (doskonałe tereny narciarskie, 2 skocznie, tor hockeyowy, łyżwjarski, basen kąpielowy) jak dla doskonałego położenia, będącego punktem wypadowym wycieczek na Istebną, Kubalonkę, Baranią Górę z zameczkiem p. Prezydenta Rzeczypospolitej, do źródeł Czarnej i Białej Wisełki, a nawet dalej, w Beskid Żywiecki.

Naturalnemi warunkami Wisły są podgórskie czyste powietrze, silna operacja słońca, zimą zaś wiele dni słonecznych i pogodnych, pozbawionych mgły. Jedną z sił atrakcyjnych miejscowości są bliskie wycieczki w doliny Jawornika, Dziechcinki, Łabajowa, Białej Wisełki, Malinki i Gościejowa, przyczem dolina Białej Wisełki i Dziechcinka posiadają piękne wodospady. Z wycieczek, oprócz wymienionych, cieszą się szczególnem uznaniem partje Czantorji (995 m.), Stożka (1025 m.), Malinowskiej Skały (1050 m.), Kamiennego, Bukowej, etc. Wycieczki te można odbywać w ciągu połowy dnia, zaś na Kamienny i Bukową nawet w ciągu kilku godzin. W pobliżu Malinowskiej Skały znajduje się jedyna na Śląsku grota, która, zgodnie z podaniem, miała być kryjówką słynnego beskidzkiego zbójnika, Ondraszka.

Oddzielną artrakcję stanowi wycieczka do zamku p. Prezydenta Reczypospolitej, pięknie położonego u źródeł Wisełki.

Dzięki znacznym wzniesieniom stała się Wisła również w ostatnich latach środowiskiem zimowem. W r. 1931 odbyły się tutaj ogólnopolskie zawody narciarskie, w r. 1932 i 1933 zaś ogólno-akademickie, zawody okr. krakowsko-śląskiego i inne.

Z letnich sportów wymienić należy przedewszystkiem międzynarodowe wyścigi motocyklowe, co roku odbywane w Wiśle pod nazwą „Tourist Trophy" i ściągające, jak np. w r. ub. do 50.000 widzów.

W r. 1932 zakończona została budowa wspaniałego basenu kąpielowego z plażą o wymiarach 50 × 50 m., koncentrującego w sezonie letnim życie towarzyskie Wisły. Budowa ta została dokonana przez gminę Wisłę przy wydatnej pomocy Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego, którego najwyższy przedstawiciel, wojewoda dr. Michał Grażyński, szczególnie opiekuje się Wisłą, i dzięki któremu urocze to uzdrowisko otrzymało doskonałe szosy, łączące je z Cieszynem, Bielskiem i Katowicami, oraz przedłużenie linji kolejowej, pierwotnie z Ustronia do Wisły, obecnie zaś również dalej, do Głębca, dzięki któremu rozwój uzdrowiska jest zapewniony.

Wisła jest jedną z największych miejscowości uzdrowiskowych co do obszaru, zajmuje ona bowiem przestrzeń 111 km. kw. Przyjezdni znajdą tutaj 2 hotele, 8 restauracyj i około 30 pensjonatów przeważnie pierwszorzędnych, a posiadających umiarkowane ceny. Orjentację co do nich ułatwia biuro informacyjne, czynne na dworcu, a zorganizowane przez Związek Właścicieli Pensjonatów.

Kto zwiedza Polskę, a pragnie spędziś czas ku duchowemu i fizycznemu wypoczynkowi, wśród pięknej przyrody i kulturalnych warunków, niech nie zapomina o Wiśle.

Unikat europejski w polskiem zdrojowisku



„Siwa Woda" — jezioro siarczane w Szkle-Zdroju. Jezior siarczanych nie posiada żaden kraj w Europie.

Kronika uzdrowiskowa

Tegoroczne inwestycje w Wieńcu

W roku bież. stare źródło ujęte zostało w nowe rury ,przez co osiągnięto znaczne zwiększenie jego wydajności.

Dokonano dorocznego remontu łazienek, posadzono w parku kilkaset nowych drzew. W sezonie bieżącym wprowadzono stosowanie borowiny również w postaci okładów i fasonów nożnych i ręcznych.

Od 1 maja wprowadzony został 5-krotny kurs autobusów Wieniec—Włocławek.

Otwock

Nizinno-leśna stacja klimatyczna w pow. i woj. Warszawskiem, położona na piaskach wśród dużych obszarów lasów sosnowych. Wzniesienie nad p. m. 97 m. Stacja kol. w miejscu (linja autobusowa) oraz przystanek kolejki wawerskiej. Poczta, telegraf i telefony w miejscu.

Dzięki przepuszczalnemu piaszczystemu gruntowi oraz bogactwu lasów sosnowych, znaczne przestrzenie okoliczne pokrywających, ma Otwock powietrze suche, czyste, przepojone żywicą, co przy silnem nasłonecznieniu i małej stosunkowo ilości opadów atmosferycznych stwarza bardzo pomyślne warunki leczenia klimatycznego. Nizinne położenie tej stacji klimatycznej według ostatnich zdobyczy wiedzy lekarskiej nie jest bynajmniej jej brakiem, a praktyka i specjalnie prowadzone obserwacje wykazują, że poprawa zdrowia, uzyskana przez chorych na płuca po kuracji w Otwocku jest specjalnie trwałą.

Otwock rozporządza kilku sanatorjami, zaopatrzonemi w najnowsze urządzenia lecznicze, zakładem przyrodoleczniczym z gabinetami roentgenologicznemi, aparatami do djatermji, galwanizacji, z oddziałem terapji świetlnej, zakładem kąpielowym dla wszelkich zabiegów wodnych i kąpieli mineralnych. Poza prywatnemi istnieje tu wielkie sanatorjum dla piersiowo chorych m. st. Warszawy, szpital powiatowy i liczne zakłady filantropijne dla gruźlików.

Wskazania: schorzenia narządu oddechowego, a więc gruźlica płuc, pozostałości po zapaleniach płuc i opłucnej, nieżyty dróg oddechowych, rozedma płuc z miażdżycą naczyń i przewlekłemi schorzeniami serca, mieśnia sercowego. Bardzo dobre wyniki daje tu leczenie pobudliwych dzieci zołzowatych i nerwic tak ogólnych jak wegetatywnych.

W uzdrowisku ordynuje 30 lekarzy różnych specjalności. Do dyspozycji chorych wyszkolony personel pielęgniarski. Apteka w miejscu.

Mieszkania w sanatorjach, w około 50 pensjonatach komfortowych z wodą bieżącą gorącą i zimną w pokojach.

Z Rabki

W śród nowowybudowanych w Rabce pensjonatów, wyróżnia się szczególnie pensjonat „Riviera", położony w parku zakładowym, posiadający pełny nowoczesny komfort. Wszystkie pokoje słoneczne z balkonami. Osobne apartamenta z łazienkami i telefonami.

Duży ogród, garaże i auto do dyspozycji P. T. Gości.

Otwarty cały rok.

Karnety uzdrowiskowe „Orbisu"

Nie zwlekajcie z wyjazdem do uzdrowisk, lecz skorzystajcie z taniego sezonu leczniczego i odpoczynkowego, zorganizowanego przez Polskie Biuro Podróży Orbis w najlepszych naszych uzdrowiskach od 1 maja do 15 czerwca.

Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Jastrzębie-Zdrój, Krynica, Rabka, Szczawnica, Truskawiec i Żegiestów — dają 25 — 50% zniżki na wszelkie świadczenia dla gości, posiadających karnety Orbisu.

Z POLSKIEGO LNU

10.-

10.-

10.-

Pończoszki jedwabne:
„MARY" - matowa . . . Zł. 1.50
„EWA" - praktyczna . . Zł. 2.50
„PARYSKA" - z podwiązką Zł. 2.75
„TANGO"- matowa b. trwała Zł. 3.—

Bata

HOTEL EUROPEJSKI SP. AKC.

WARSZAWA

Zawiadamia, że już nastąpiło otwarcie

OGRODU-RESTAURACJI

Nowoczesne efektowne oświetlenie.

Dancing na otwartem powietrzu.

Żurawno

Kopalnie alabastru i fabryka wyrobów alabastrowych

XX. K. Czartoryskich

W Żurawnie, woj. Stanisławowskie

Wykonuje

ołtarze ambony, chrzcielnice, balustrady, kominki, wykładki ścienne, gzymsy, odrzwia i t. p. roboty budowlane, wchodzące w zakres urządzenia wnętrz, wedle projektów nadesłanych lub własnych.

Prowadzi

równolegle dział artystyczny, wykonując wedle projektów wybitnych artystów rzeźby figuralne, kościelne i świeckie, nagrody sportowe i t. p.

Powierzone sobie prace wykonuje szybko, solidnie i po bardzo przystępnych cenach.

Komunalna Kasa Oszczędności

Powiatu Krakowskiego

w KRAKOWIE

ul. Pijarska 1, tel. 101-03, 115-97, 131-47

Załatwia wszelkie tranzakcje bankowe

PRZESTROGA:

NIE WYCHODŹ i NIE WYJEŻDŻAJ

na sporty bez apteczki kieszonkowej. Za **8 zł.** bogato wyposażoną apteczkę wysyła:

Fabryka chem.-farm. „PARAMO"
BYDGOSZCZ

WOJEWÓDZTWO WARSZAWSKIE

Numer specjalny „Wiadomości Turystycznych" wchodzący w skład „Encyklopedji Turystycznej Polski"

OSTATNIE EGZEMPLARZE SĄ JESZCZE DO NABYCIA

Cena zł. 4.—

Ok. 100 stron formatu albumowego, barwna okładka, kilkadziesiąt ilustracyj. Szereg artykułów ogólnych, artykuły opisowe, dotyczące wszystkich powiatów i większych miast w woj. Warszawskiem.

Nowi abonenci, wpłacający roczną prenumeratę do 1 lipca r. b. otrzymują „Województwo Warszawskie" bezpłatnie.

Państwowa Szkoła Przemysłu Drzewnego

w Jaworowie woj. Lwowskie

Kształci uczniów w zawodzie stolarskim i rzeźby artystycznej. Nauka trwa 3 lata. Po ukończeniu szkoły otrzymują uczniowie świadectwa, upoważniające ich, po odbyciu praktyki zawodowej, do samodzielnej pracy. Przy szkole istnieje internat. Opłata miesięczna za internat 40.— zł.

Szkoła odznaczona złotym i srebrnym medalem, 2-ma bronzowemi medalami, 3-ma listami pochwalnemi oraz listem pochwalnym Międzynarodowej Wystawy Komunikacji i Turystyki w Poznaniu w roku 1930.

Skorzystaj!

W przejeździe z Zakopanego wstąp do ANNY CSILAG Kraków, Na Gródku 2 w celu zasięgnięcia bezpłatnej porady o pielęgnowaniu włosów.

Dywany w stylu perskim ręcznie wiązane.

Kilimy oryginalne huculskie i artystyczne, ręcznie wykonane.

WYTWÓRNIA DYWANÓW i KILIMÓW

A. HILLMAN

Kosów k. Kołomyji, Małopolska.

Skład w Warszawie, ulica Al. Jerozolimska Nr. 43.

Dywany i kilimy wykonywane są przez artystów — rzemieślników, tylko z prawdziwej wełny i barwione naturalnemi farbami. Dlatego zachowują one przez dziesiątki lat koloryt i trwałość. Zwracać uwagę na firmę A. HILLMAN, Kosów.

ŁOWICZ CAFÈ POLONIA

Pierwszorzędna kuchnia
Dancing. Nowalje sezonowe

SANATORJUM DLA CHORYCH PIERSIOWYCH RUDKA
STACJA MROZY

INSTYTUCJA SPOŁECZNA NIE ZAROBKOWA

KOMITET w WARSZAWIE OSSOLIŃSKICH 4

OPŁATY OBNIŻONE

Za 5 zł. rocznie lub 3 zł. półrocznie 24 numery „WIADOMOŚCI TURYSTYCZNYCH"

Liczne numery specjalne. Artykuły najwybitniejszych piór. Aktualne informacje. Podróże. Opisy.

niema lepszych

POLONIA ORYGINALNE CHROMOWA STAL SZWEDZKA LUKSUSOWE WYRÓB KRAJOWY MARKA OCHRONNA

ostrza „POLONIA"

SANATORJUM KAROLIN

Zakład wypoczynkowo - leczniczy

Piękne i suche położenie wśród lasów.
Wodo-światło-elekrolecznictwo.
Werandowanie — Gimnastyka lecznicza.
Praca w ogrodzie—Boisko sportowe.
Kąpiele powietrzno - słoneczne z natryskami.

„PRZESZKOLENIE ZDROWOTNE — SIŁĄ PRACOWNIKA UMYSŁOWEGO"

PRZYRODO LECZNICTWO

KAROLIN

SANATORJUM TEL. 8.11.74 TRAM. EL. ST. OTRĘBUSY

...pracownik umysłowy, spauperyzowany i zatroskany o swoje najistotniejsze potrzeby materjalne i duchowe, zaniedbał zasadniczych nakazów higjeny fizycznej i psychicznej.

W wyniku — wyczerpanie, a nawet załamanie się całkowite, jako zjawisko codzienne, jako klęska społeczna.

Powrotu do sił i równowagi szukać należy w wypoczynku wśród pięknej przyrody i w przeszkoleniu zdrowotnem według współczesnych metod lecznictwa i higjeny.

Wszystko to dać może i powinien KAROLIN, dźwignięty wysiłkiem grona ofiarnego — przedewszystkiem inteligencji pracującej.

OPIEKA 2 LEKARZY

40 minut tramwajem od centrum stolicy.

Informacje:

Warszawa, ul. Wilcza 46 m. 2
tel. 8-11-74
lub poczta Brwinów, tel. 17

Hotele polecone w Warszawie

HOTEL BRISTOL

Sp. Akc.

WARSZAWA

pierwszorzędny, nowocześnie urządzony. 250 pokoi, 80 pokoi z łazienkami. Bieżąca woda zimna i gorąca oraz telefony we wszystkich pokojach.

Ceny od 8 złotych za dobę.

RESTAURACJA i COCKTAIL-BAR pod własnym zarządem.

HOTEL EUROPEJSKI

Spółka Akcyjna

WARSZAWA

250 pokoi komfortowo urządzonych. 100 pokoi z łazienkami. 25 apartamentów. Zimna i gorąca woda bież. i telefon w każdym pokoju.

Ceny od 8 złotych za dobę.

RESTAURACJA, KAWIARNIA BAR i PIWNICE WIN pod własnym zarządem

HOTEL POLONIA PALACE

WARSZAWA

Jerozolimska 39, tel. 551-40.

Hotele polecone w kraju

Hotel Francuski

KRAKÓW, tel. 152-95

Wszelki nowoczesny komfort

Ceny znacznie zniżone

HOTEL GEORGE

Lwów pl. MARJACKI 1.

90 pokoi. 32 apartam. z łazienkami. Woda bież. zimna i gorąca i telefony we wszystkich pokojach. Restauracja i kawiarnia. 3 sale bankietowe. Sale brydżowe.

Zarząd: STANISŁAW BOROWSKI

HOTEL KRAKOWSKI

Lwów pl. BERNARDYŃSKI

pierwszorzędny, komfortowo urządzony hotel. Pokoje z łazienkami oraz woda bieżąca, zimna i gorąca. Telefony w każdym pokoju.

RESTAURACJA NA MIEJSCU.

Wybudowany w r. 1931

HOTEL POLONIA

NOWY SĄCZ ul. Narutowicza 4
(naprzeciw Starostwa) telef. 108

Bieżące ciepła i zimna woda w każdym pokoju. Centralne ogrzewanie. Łazienka. Garaże.

Dla turystów ceny zniżone

Przybywającym do POZNANIA poleca się uprzejmie

Hotel Continental

Ceny od 5 zł, wszelki komfort

Tel. 21 ZAKŁAD Tel. 21

Leczniczo - wychowawczy

Dr. med.

Józefa Olszewskiego

RABKA, ul. Słowackiego

z nauką w zakresie szkoły powsz. z prawami szkół państwowych. Przyjmuje dzieci od lat sześciu przez cały rok na pobyt najmniej czterotygodniowy.

Nauka muzyki i języków obcych na miejscu w zakładzie.

RESTAURACJA — WINIARNIA

„POD BUKIETEM"

Centrala: Marszałkowska 114, r. Złotej
Filja I — Marszałkowska 90
Filja II — Nowy-Świat 5

Wykwintna kuchnia i bufet

RESTAURACJA „ŻYWIEC"

W. BOGUSZA

Kraków, ul. Florjańska 19, tel. 109-88

Zakłady Graficzne

Drukprasa

Sp. z o. o.

WYKONYWANIE WSZELKICH DRUKÓW

Specjalność: czasopisma książki, broszury.

Warszawa, Nowy-Świat 54
Tel. 615-56, 242-40

CENY KONKURENCYJNE

Restauracje polecone

RESTAURACJA HOTELU

„POLONIA"

WARSZAWA

DANCING i KABARET ARTYST.-LITERACKI w OGRODZIE.

Gabinety i sale bankietowe na 1 piętrze.

BACZNOŚĆ TURYŚCI!

Smacznie, zdrowo i tanio zjeść można w Krakowie u A. HAWEŁKI RYNEK GŁÓWNY

Egz. od 1825 r.

SKŁAD WIN

WINIARNIA—RESTAURACJA

SIMON i STECKI

CENTRALA: Krak. Przed. 38

FILJA „BACHUS"

Widok 25

Winiarnia i Restauracja oraz „Starowarszawski Handelek"

(Bufet zimny i gorący)

Najlepiej zjesz, najmilej się zabawisz

W WINIARNI ZIEMIAŃSKIEJ

Jasna 5 (gmach Filharmonji).

WYTWÓRNIA

Artystyczno Ceramiczna

Braci BROSZKIEWICZÓW

Kuty

Ceramika huculska współczesna i starohuculska.

Wazony — talerze — świeczniki.

Przedmioty artystyczne oparte na motywach huculskich.

Wszystkie wyroby wykonane i rysowane **ręcznie**.

Schlesischer Merkur

ORGAN FÜR INDUSTRIE, HANDEL U. GEWERBE

Organ dla handlu, przemysłu i rękodzieła. Najstarsza gazeta gospodarcza Polski w języku niemieckim. Pamięć kupca. Doskonały organ ogłoszeniowy. Miejsce wydawnicze: Cieszyn.

„NAUCZYCIELSKI PORADNIK SAMOKSZTAŁCENIOWO-BIBLJOGRAFICZNY"

miesięcznik w nakładzie 10.000 egz. ukazuje się 1-go każdego miesiąca, w objętości 28 str. druku. Zawiera wszelkie wskazówki bibljograficzne i samokształceniowe, bogaty przegląd literatury, zagadnień, nowości, aktualij dla szkoły i nauczycielstwa.

Prenum. roczna 3 zł., n-ry pojed. 50 gr.
Adres: Katowice I, ul. Wandy 16 m. 1.

„EXPRESS SPORTOWY"

Najpoczytniejsze czasopismo sportowe na terenie Małopolski i Wołynia

Nakład 18.000 egzemplarzy.
Cena numeru 10 groszy

Adres Redakcji i Administracji: Lwów, ul. Sykstuska 25.

PRENUMERATA ROCZNA zł. 5.—; półroczna zł. 3.—. CENY OGŁOSZEŃ: w numerach specjalnych zł. 1.—, na I stronie zł. 1.50. za 1 milimetr jednoszpaltowy (na stronie 6 szpalt). Drobne 20 gr. za słowo. Od cen powyższych żadnych rabatów się nie udziela. Za terminowy druk ogłoszeń Wydawnictwo nie odpowiada. Do bezpłatnego przedruku ogłoszeń Wydawnictwo jest obowiązane tylko w razie zniekształcenia tekstu, wynikłego z winy Wydawnictwa, a zmieniającego sens ogłoszenia. Fotografij ani rękopisów Wydawnictwo nie zwraca. Przedruki dozwolone tylko za zgodą Redakcji. Copyright by „Wiadomości Turystyczne" Warszawa, 1935.

Redaktor i wydawca: St. Garztecki. Redakcja i Administracja: Warszawa, ul. Wilcza Nr. 6, tel. 8-83-84. P. K. O. Nr. 9389. Zakł. Graf. „DRUKPRASA" Nowy-Świat 54. Tel.: 615-56 i 242-40.